

گوکنگ

شیف ذاکر

urdukutabkhanapk.blogspot



اردو کتب خانہ

URDUKUTABKHANAPK.BLOGSPOT



اُردو کُتب خانہ

URDUKUTABKHANAPK.BLOGSPOT

Special

شیف ذاکر

ذاکر قریشی

جہانگیر بکس

• لاہور • راولپنڈی • ملتان • فیصل آباد • حیدر آباد • کراچی



سوپ، ساس اور سلاد

فہرست

آلو کا جر کے کباب	30
وٹیکیل چاؤ من	31
ٹرائی کی بھجیا	33
لوکی کی بھجیا	35
کریم آلو	37

گوشت

آلو قلمہ	41
بیف ٹرائی	43
بیف اسٹیکس	44
بھنا ہوا بیف	45
بیف ریڈ ہپی	46
چائپ مصالحہ	47
بیف پیپر مشروم	49
چائپز بیف	50
کھٹے میٹھے کو فٹے	51
کوفتہ کریم	52
آلو قلمے کے کباب	53
کبرے کی چائپ نمائو سالہ کے ساتھ	54
مٹن وائٹ کڑا ہوا	55
کو فٹے پاستا کے ساتھ/ پاستا کو فٹے	57

چکن کارن سوپ	3
گرما گرم کھانا سوپ	5
تھائی سوپ	7
وائٹ ساس	8
لیمن ساس	9
بین سپراؤٹ سلاد	10
آکس برگ سلاد	11
پالک کا سلاد	13
کرؤٹوز سلاد	14
کمر وٹیز سلاد	15
کول سلاد	16
آلو کا سلاد	17
فرنیج سلاد	19
نودلز سلاد	20
رشیمن سلاد	21



سبزیان

مرچی مصالحہ	25
بھنڈی کی بھجیا	27
جیکٹ پوٹو (جیکٹ آلو)	29





اودن چکن	86
چکن بالز	87
بڑ چکن (مکھن چکن)	89
چکن الائیو	90
چکن پیٹیز	91
کھٹا میٹھا چکن	93
چکن بادام	95
چائے چکن	96
ادرک چکن	97
چکن شاشلیک	99

سی فوڈ

مچھلی کڑی	103
سچواں مچھلی	105
فش تھائی اسٹائل	106
فرائڈ فش 1	107
تھائی فش	109
فرائڈ فش 2	110
فش فلی	111
پرائز میپورہ	113
کوکونٹ فرائڈ فش	115

دال گوشت	58
برین مصالحہ	59
توڑ چکن	60

چکن

چکن بادامی فورمہ	63
چکن روست	65
حاش ونگز	67
چکن فنگرز	68
چکن چرٹھ	69
مصالحہ دار فرائڈ چکن	71
گارلک چکن بالز	72
سچواں چکن	73
چکن وڈ پیٹا بریڈ	75
انڈیشین کباب	76
سبز وری چکن	77
چکن وائٹ کڑی	79
چکن لین ساس	80
مصالحہ فرائڈ چکن ونگز	81
چکن کڑا ای	83
ساتھ چکن	85



سیو بھاجی	148
چکن پکڑا	149
پکڑے	151
سیب پکڑا	153
آلو کی چٹنی	154
میسٹی پکڑے	155
پیزا کی ڈو	156
تندوری چکن پیزا	157
مارگریٹا پیزا	159
دال چنا	161
مونگ مسوری دال	163
ماش کی دال کے دہی بڑے	165
فرائڈ سینڈوچ	166
کلب سینڈوچ VOG	167
آلو بھر پراٹھا	169
قیے کے سموے	171
بہری کے رول	173
آلو کے کوٹنے	175
چیز سموے	176
مٹھی کباب	177
فرائڈ ڈائنمن	178

سچے ال پرائز	116
فرائڈ پرائز	117
مصالحہ فرائڈ فیش	118
گارلک پرائز	119
بینی پرائز	120

رائس

دھلی بریانی	125
زیرہ پٹاؤ	127
گارلک رائس	129
چکن پٹاؤ	131
سٹا پوری رائس	133
ہیف فرائڈ رائس	135
کارن رائس	137
اورنج رائس	139

اسٹیکس

بہری پکڑا	143
شامی کباب	145
پاؤ بھاجی	147





کریم کیرا مل (سوختہ)	211	آلو کے سموٹے	179
انٹے کا حلوہ	213	چکن رول	181
پینا کولا ڈا	215	آلو وڑہ	183
اسٹراپیری سوربے	217	دہی پٹھلی	185
گرین ٹی ہوس	219	دہی پٹھلی (ترکے والی)	186
آڑو کولا ڈا	221	دہی بڑے	187
آم سالہ	222	گھاس نوڈلز	189
پینجی کولا ڈا	223	کچوری	190
چاکلیٹ پڈنگ	225	چنا چاٹ	191
لوکی کا حلوہ	227	چنا فرائڈ کباب	192
ملک ٹریٹر	229	فروت چنا چاٹ	193
بنانا ٹی ماریا	231	ٹٹا ہوا پیاز	195
چائنا گراس چاکلیٹ	232	ہرے مصالحے والے پنے	197
کھو یا سوپاں	233	کریمی چکن اسٹیکس	198
		بیکڈ پاستا	199
		سفید پنے کی چاٹ	201

مزید معلومات

اشیاء کی فہرست	236
اجزاء کی تیاری	238

سویٹ ڈشز

امریکن ٹرائفل	207
چاکلیٹ سموڈی (ڈرنک)	209





اُردو کُتب خانہ

URDUKUTABKHANAPK.BLOGSPOT

سُوپ، ساس اور سلاد



چکن کارن سوپ



ترکیب

- 1- 3 کپ پننی میں چکن (بون لیس) ڈال دیں۔
- 2- پھر پیاز، گاجر، ہری پیاز ڈال کر دھکن لگا کر 10-15 منٹ تک پکائیں پھر سبزیاں چھان لیں۔
- 3- وائٹ پیپر، کالی مرچ اور سوئیٹ کارن ڈالیں۔
- 4- ایک چھوٹے پیالے میں چار کھانے کے چمچ کارن فلار پانی میں گھول لیں اور آہستہ آہستہ پننی میں ملا دیں۔
- 5- ایک انڈہ پھینٹ کر سوپ میں ملا دیں۔
- 6- تیار ہو جائے تو پیش کریں۔

اجزاء

- بون لیس چکن : 100 گرام
 انڈہ : 1 عدد
 کارن فلار : 4 کھانے کے چمچ
 نمک : حسب ذائقہ
 کالی مرچ : 1/4 چائے کا چمچ
 وائٹ پیپر : 1/4 چائے کا چمچ
 پننی : 3 کپ
 گاجر : 1 عدد
 پیاز : آدھی
 ہری پیاز : 1 عدد
 سوئیٹ کارن : 1 کپ

پریزنٹیشن

سوپ کو پیالے میں ڈال کر پورے لوازمات کے ساتھ پیش کریں۔

شیف ڈاکٹر ٹپ

سوپ بناتے وقت آج ہمیشہ ملکی رکھیں اس سے سوپ پر جھاگ بھی کم آئے گی اور سوپ مزیدار بھی زیادہ بنے گا۔



گرما گرم کھٹا سوپ

چھٹی، ساتویں صدی عیسوی میں جنوبی چائینہ میں سوپ کا استعمال بڑھا۔ لوگ طرح طرح کے سوپ بنا کر عموماً رات کے کھانے میں استعمال کرتے۔ ٹنگ نامی ایک باورچی نے اپنے چھوٹے سے ریسٹورانٹ پر ہاٹ اینڈ سار سوپ تیار کیا۔ لوگوں نے اتنا پسند کیا کہ دیکھتے دیکھتے وہ شخص شہر کے امراء میں شمار ہونے لگا۔



ترکیب

- 1- 3 کپ پکن پننی میں پکن (بون لیس) کو چھوٹے چھوٹے سائس میں کاٹ کر شامل کر دیں۔
- 2- ساری ہیزیوں کو بولین (لمبائی) میں کاٹ کر شامل کر دیں۔
- 3- پھر اس میں سارے ساس اور مصالحے شامل کر دیں 4 سے 6 منٹ تک پکائیں۔
- 4- جب یہ ابلنے لگے تو کارن فلار سے اس کو گاڑھا کر لیں۔ انڈے کو پھینٹ لیں۔
- 5- آدھے انڈے کو آہستہ آہستہ سوپ میں شامل کریں اور اسے 2 سے 3 منٹ تک پکاتے رہیں۔
- 6- آپ کا گرما گرم کھٹا سوپ تیار ہے۔

پریزنٹیشن

پیالے میں ڈال کر گارلک بریڈ اور بن مشروم کے سلاسر کیساتھ پیش کریں۔

شیف ڈاکٹر ٹپ

انڈے اُبلنے کے فوراً بعد اگر انہیں ٹھنڈے پانی میں ڈال دیا جائے تو چھلکا آسانی سے اتر جاتا ہے اور زردی کے گرد نیلا ہٹ بھی پیدا ہوتی ہے۔

اجزاء

- پکن : 100 گرام
- شملہ مرچ : 1 عدد
- گاجر : 1 عدد
- گو بھی : 1/4 گو بھی
- ہری پیاز : 1 عدد
- انڈہ : 1 عدد
- پننی : 2 سے 3 کپ
- کارن فلار : 4 کھانے کے چمچ
- چلی کارلک ساس : 3 کھانے کے چمچ
- ٹماٹو کچھ اپ : 2 کھانے کے چمچ
- ووٹر ساس : 2 کھانے کے چمچ
- نمک : حسب ذائقہ
- کالی مرچ پاؤڈر : 1/4 چائے کے چمچ
- سفید مرچ : 1/4 چائے کے چمچ



تھائی سوپ

تھائی افراد چائینہ سے مائیکریٹ (ہجرت) کر کے چھٹی صدی عیسوی میں تھائی لینڈ گئے۔ جہاں مقامی اور چائیز کھانوں کے امتزاج سے تھائی کھانے بنے۔ آج تھائی لینڈ اپنی ہاٹ اینڈ سارڈائٹ کی وجہ سے بہت مشہور ہے۔ خاص طور پر تھائی سوپ بہت ہی مشہور ہیں جو کہ تھائی افراد نے بارہویں صدی میں بنانا شروع کیے تھے۔



ترکیب

- 1- بون لیس چکن کو چھوٹے چھوٹے پتلے سلائسز میں کاٹ لیں۔
- 2- ایک پین میں دو کھانے کے چمچ تیل ڈال کر کڑی پیٹہ، سوکھی لال مرچ اور ادراک کے سلائس ڈال کر اس میں چکن بھی شامل کر لیں۔
- 3- جیسے ہی چکن کا رنگ سفید ہو جائے تو اس میں تین کپ چکن کی بنی شامل کر دیں۔
- 4- اس کے بعد دو عدد ہری مرچ، کالی مرچ، ذائقے کے حساب سے نمک اور سفید مرچ شامل کر دیں جب یہ سوپ اُبلنے لگے تو اسے کارن فلار سے معمولی سا گاڑھا کر لیں اس کے بعد لیموں کا رس شامل کر دیں پیش کرنے سے پہلے اس میں سے بڑی الگ کر دیں۔

اجزاء

- بون لیس چکن : 50 گرام
 کڑی پیٹہ : حسب ضرورت
 کارن فلار : 1 کھانے کا چمچ
 سوکھی لال مرچ : 4 عدد
 لیموں کا رس : 1 عدد
 ہری مرچ : 2 عدد
 کالی مرچ : حسب ضرورت
 سفید مرچ : حسب ضرورت
 نمک : حسب ذائقہ
 تیل : ایک کھانے کا چمچ
 ادراک : آدھے اچھ کا ٹکڑا
 بنی : تین کپ

پریزنٹیشن

سوپ کو ہری بیاز، چکن اور فرمائڈ چاولوں سے سجھا کر پیش کریں۔

شیف ڈا کرپٹ

ٹماٹر کا چھلکا اتارنا ہو تو ٹماٹر کو کسی سوئے میں پرو کر آگ پر پتیلیں۔ ٹماٹر کی جلد پھٹ جائے گی اور چھلکا آسانی سے اُتر جائے گا۔



وائٹ ساس

ساسز میں سب سے پرانی ساس وائٹ ساس ہی ہے، جو کہ بہت ساری انالین فوڈز میں استعمال کی جاتی ہے۔ 1583ء میں بارب رابرٹ نے فرانسیسی کھانوں میں سفید ساس کے استعمال کا ذکر کیا ہے۔ رومن عموماً ساس کھانا ہضم کرنے کے لئے استعمال کرتے تھے۔ وہاں سے یہ فرانس پہنچی اور مقامی ڈاکٹروں میں ڈھل گئی۔

ترکیب

- 1- ایک پین میں 1/4 کپ تیل اور 3 کھانے کے چمچ میدہ کو ہلکی آنچ پر بھون لیں۔
 - 2- جب میدہ میں سے بھنی ہوئی خوشبو آنے لگے تو آپ کا بھنا ہوا میدہ تیار ہے۔
 - 3- اس بھنے ہوئے میدے میں دودھ، چینی، کالی مرچ اور نمک ڈال کر ملائیں اور تھوڑا پکائیں۔
 - 4- اس کے بعد کریم اور چنڈر چیز کش کر کے ڈال دیں۔ تھوڑا پکا کر اُتار لیں۔
- وائٹ ساس تیار ہے۔

اجزاء

- دودھ : 1/2 کلو
کریم : 1 کپ
چنڈر چیز : 1 پکٹ
میدہ : 4 کھانے کے چمچ
شکر : حسب ضرورت
کالی مرچ : حسب ضرورت
نمک : حسب ذائقہ

www.pkdigest.com

پریزنٹیشن

پیالے میں ڈال کر بیف لڑائیہ کے ساتھ پیش کریں۔

شیف ڈاکٹر ٹپ

آپ اس میں بٹر (مکھن) کا استعمال بھی کر سکتے ہیں۔

لیمن ساس



اجزاء

- لیمن : 2 جوسے
- لیمن کارس : 2 چمچ
- دوسر ساس : 1 چمچ
- ہری پیاز : 1 عدد
- لیمن : 1 عدد
- شہد : 1/2 کپ
- کارن فلار : 2 چمچ
- کالی مرچ : حسب ضرورت
- سفید مرچ : حسب ضرورت
- نمک : حسب ضرورت

ترکیب

- 1- ایک پیمن میں تیل اور لیمن ڈال کر بھون لیں۔
- 2- ہاکا براؤن ہو جانے پر اس میں شہد شامل کر لیں، دوسر ساس اور لیمن کارس بھی شامل کر لیں۔
- 3- آخر میں نمک، کالی مرچ، سفید مرچ اور کارن فلار پانی میں گھول کر اچھی طرح مکس کر لیں اور تھوڑا سا نمک۔ لیمن کے ٹکڑے اور ہری پیاز شامل کر دیں۔

www.pkdigest.com

شیف ڈاکٹر ٹپ

فرائی پیمن میں کوئی چیز تپتے وقت اگر گھی آگ پکڑ لے تو اس پر ایک مٹھی نمک یا آٹا ڈالیں آگ بجھ جائے گی۔



بین سپراؤٹ سالاد

اجزاء

bean sprout (بین سپراؤٹ) : 100 گرام

شملہ مرچ : 1 عدد

ٹماٹر : 2 عدد

ہری پیاز : 2 عدد

کھیرا : 1 عدد

چندر : 1 عدد

نمک : حسب ضرورت

کالی مرچ : 1/4 چائے کا چمچ

لیموں : 1 عدد

زیتون کا تیل : 3 کھانے کے چمچ

ترکیب

- 1- بین سپراؤٹ لیں، شملہ مرچ لمبی لمبی کاٹ لیں اور سپراؤٹ میں ڈال دیں۔
- 2- ہری پیاز چوپ کر لیں اور چندر لمبے لمبے میں کاٹ لیں۔
- 3- ایک پیالے میں ساری ہنریاں ڈال کر لیمو کا رس اوپر سے ڈال دیں۔
- 4- اب اس میں زیتون کا تیل، نمک اور کالی مرچ ڈال کر مکس کر لیں۔
- 5- پلیٹ میں نکال کر پیش کریں۔

پریزنٹیشن

پلیٹ میں سالاد کے پتے پھیلا کر بین سپراؤٹ سالاد ڈال دیں۔ لیموں کے قتلوں اور کھیرے کے بڑے اور لمبے سائز سے سجا کر پیش کریں۔

شیف ڈاکریٹپ

شملہ مرچ، بین سپراؤٹ اور دوسری ہنریوں کو ہکا سا saute (نرم) کر کے بھی سالاد بنایا جاسکتا ہے۔

آئس برگ سلاد



اجزاء

- آئس برگ : 1 گڈی
- ٹماٹر : 2 عدد
- کھیرا : 1 عدد
- ہبز زیتون : 6-7 عدد
- سیاہ زیتون : 6-7 عدد
- پارسلے ہر ادھنیا : 1 گڈی
- لیموں : 1 عدد
- زیتون کا تیل : 3 چمچ

ترکیب

- 1- آئس برگ کاٹ لیں۔ ٹماٹر اور کھیرے کے لیے کٹوے کاٹ لیں اور ایک پیالے میں ڈال دیں۔ اس میں ہبز اور سیاہ زیتون اور پارسلے کاٹ کر بھی شامل کر لیں۔
- 2- اب اس میں لیموں نچوڑ لیں۔ نمک، کالی مرچ اور زیتون کا تیل شامل کر کے اچھی طرح مکس کر لیں اور سلاد کے پتوں سے سجا کر پیش کریں۔

پریزنٹیشن

سلاد کے پتوں اور کٹے ہوئے ٹماٹر کے ساتھ سجا کر پیش کریں۔

شیف ڈاکٹر ٹپ

سلاد میں اُبے مٹن کے چھوٹے چھوٹے ٹکڑے بھی استعمال کئے جاسکتے ہیں۔



پالک کا سلاد

پالک آلو کے بعد دنیا میں سب سے زیادہ کھائی جانے والی سبزی ہے۔ پالک دال، پالک گوشت اور پالک آلو وغیرہ ایشیائی دسبزی ہیں۔ لیکن یورپ اور چائنا میں بھی اس کا استعمال کم نہیں کیونکہ اس میں آئرن کی ایک بڑی مقدار موجود ہے۔ پالک کو چائیز اور انگریز سوپ اور سلاد میں کچا بھی استعمال کرتے ہیں۔



اجزاء

پالک : 1 گڈی

پیاز : 1 عدد

نمٹاڑ : 1 عدد

شملہ مرچ : 1 عدد

گاجر : 1 عدد

کھنچ چیز : 1 پیکٹ

کٹی ہوئی لال مرچ : 1 چائے کا چمچ

نمک : حسب ذائقہ

زیتون کا تیل : 2 کھانے کے چمچ

ترکیب

1- پالک کاٹ کر اُبال لیں۔

2- پیاز، گاجر، شملہ مرچ اور نمٹاڑ ہار یک کاٹ لیں۔

3- ایک پیالے میں اُبلی ہوئی پالک اور تمام کٹی ہوئی سبزیاں ڈال دیں۔

4- کھنچ چیز ٹکڑوں میں کاٹ کر ڈال دیں۔

5- نمک، کٹی ہوئی لال مرچ اور تھوڑا سا زیتون کا تیل ڈال کر کس کر لیں۔

6- مزیدار پالک کا سلاد تیار ہے۔

پریزنٹیشن

ایک پلیٹ میں نکال کر نمٹاڑ کے ہار یک گول ٹکڑوں اور لیٹوں سے سجا کر پیش کریں۔

شیف ڈاکریٹپ

پالک بہت ہار یک مت کاٹیں ورنہ سلاد میں خوبصورتی نہیں آئے گی۔



کروٹونز سالاد

ترکیب

- 1- پیاز، ٹماٹر اور کھیرا ہار یک کاٹ لیں۔
- 2- بریڈ کے چھوٹے چھوٹے ٹپس کر لیں۔
- 3- کڑاہی میں تیل گرم کر کے اس میں بریڈ کے ٹپس ڈال کر ہلکے براؤن کر لیں۔
- 4- مایونیز میں دودھ شامل کر کے اچھی طرح مکس کر لیں۔
- 5- ایک پیالے میں تمام کئی ہوئی سبزیاں، کروٹونز، مایونیز، کالی مرچ اور نمک ڈال کر اچھی طرح مکس کر لیں۔
- 6- ٹماٹر اور سالاد کے پتوں سے سجا کر پیش کریں۔

اجزاء

بریڈ : حسب ضرورت

پیاز : 1 عدد

کھیرا : 1 عدد

ٹماٹر : 1 عدد

ڈریسنگ

مایونیز : 4 کھانے کے چمچ

دودھ : 3 کھانے کے چمچ

کالی مرچ : حسب ضرورت

نمک : حسب ذائقہ

پریزنٹیشن

یہ سالاد ٹماٹو سوپ کے ساتھ پیش کریں۔

شیف ڈاکٹر ٹپ

سبزیاں زیادہ دیر تازہ رکھنے کے لئے ان پر پانی چھڑک کر کاغذ میں لپیٹ کر ٹھنڈی جگہ پر رکھ دیں یہ زیادہ جلدی خراب نہیں ہوں گی۔

مکرونیز سلاڈ

آسٹریلیا میں مکرونیز سلاڈ یا سٹا سلاڈ کے نام سے مشہور ہے۔



ترکیب

- 1- مکرونی اُبال لیں۔
- 2- شملہ مرچ، گاجر، ٹماٹر اور پیاز کو باریک کاٹ لیں۔
- 3- ایک پیالے میں تمام سبزیاں اور میکرونیز ڈالیں اور اوپر سے نمک، کالی مرچ اور مایونیز ڈال کر مکس کر لیں۔
- 4- پلیٹ میں کالی کر سلاڈ کے پتوں سے سجا کر پیش کریں۔

اجزاء

- مکرونیز : 2 کپ
شملہ مرچ : 1 عدد
گاجر : 1 عدد
ٹماٹر : 1 عدد
پیاز : 1 عدد
مایونیز : 3 کھانے کے چمچ
کالی مرچ : 1/2 چائے کا چمچ
نمک : حسب ضرورت

www.pkdigest.com

پریزنٹیشن

پلیٹ میں ڈال کر سلاڈ کے پتوں سے سجا کر باریک کیوساس کے ساتھ پیش کریں۔

شیف ڈاکٹر پ

سبزیوں کو زیادہ دیر پانی میں بھگونے سے ان کی غذائیت کم ہو جاتی ہے۔



کول سلا

رومنز کول سلا اپنے کھانوں کے ساتھ استعمال کیا کرتے تھے۔ ان کے خیال کے مطابق یہ سلا دکھانے سے ان کی صحت لے کر سے تک قائم رہے گی کیونکہ یہ سلا دکھانے کو ختم کرنے میں مدد دیتا ہے۔

ترکیب

- 1- بند گو بھی کو باریک کاٹ لیں۔
- 2- ایک عدد گاجر بھی باریک لہائی میں کاٹ لیں۔
- 3- اس کے بعد دو چمچ کشش پانی میں ہلکے کرزم کر لیں۔
- 4- یہ کشش سبزی میں شامل کر لیں اور اس کے ساتھ دو کھانے کے چمچ اخروٹ پورا کر کے شامل کر لیں پھر ان سب کو کس کر لیں اور اس کے ساتھ دو کھانے کے چمچ مایونیز کریم، نمک، کالی مرچ پسی ہوئی اور ایک چائے کے چمچ کے برابر چینی شامل کریں۔
- 5- یہ ساری چیزیں کس کریں اور ٹھنڈی ہونے کے لیے فریج میں رکھ دیں۔

اجزاء

- بند گو بھی : 1/4 پھول
 گاجر : 1 عدد
 کشش : 2 چمچ
 اخروٹ : 2 چمچ
 مایونیز : 2 چمچ
 نمک : حسب ذائقہ
 کالی مرچ : 1/4 چائے کا چمچ
 چینی : 1 کھانے کا چمچ

پریزنٹیشن

سلا کے چٹوں سے سجا کر پیش کریں۔

شیف ڈاکٹر پ

اخروٹ کی جگہ بادام بھی استعمال کیے جاسکتے ہیں۔

آلو کا سلاد

آلودنیا بھر میں سب سے زیادہ کھائی جانے والی سبزی ہے۔ یہ غذائیت سے بھرپور صحت کے لیے نہایت موزوں ہیں۔ آلو کا سلاد بیسویں صدی کے آغاز میں چائینز طرز کے کھانے پکانے والے اٹلی کے ایک ریستوران سے شروع ہوا اور پوری دنیا میں مشہور ہوا۔



ترکیب

- 1- پیاز، آلو اور ہر ایک باریک کاٹ لیں۔
- 2- پھر اس پر فرنیچ مسٹرڈ، فریش کریم، کالی مرچ، نمک اور مایونیز ڈال کر مکس کر لیں۔

اجزاء

- پیاز : 1 عدد
 آلو : 3 عدد ابلے ہوئے
 ہر ایک پیاز : 3 عدد
 فرنیچ مسٹرڈ : ایک کھانے کا چمچ
 فریش کریم : 1/2 کپ
 مایونیز کریم : 4 کھانے کے چمچ
 کالی مرچ : حسب ضرورت
 نمک : حسب ذائقہ

www.pkdigest.com

پریزنٹیشن

آلو کے سلاد کو ہرے دھنیے کی چند پتیوں اور ہرے پیاز کے ایک دو باریک قتلوں سے سجا کر پیش کریں۔

شیف ڈاکٹر پ

آلو کے ساتھ اگر چند دانے بھرا ابلے ہوئے مٹروں کے ڈال لیں تو خوبصورتی اور ذائقہ میں اضافہ ہو جائے گا۔



فرنچ سالاد

نیولین کے دور حکومت میں پیرس میں مشرومز اور کھیرے سے سالاد تیار کیا جاتا تھا۔ یہ ابتدائی کھانے کے طور پر استعمال کیا جاتا تھا تا کہ اصل کھانے سے صحیح طور پر لطف اندوز ہو سکیں۔ فرانسیسی جب ہندوستان آئے تو سالاد بھی ساتھ لائے۔ کچھ قسم کے سالاد تو اپنی شناخت کھو چکے ہیں اور کچھ اپنی اصل حالت میں آج بھی ہمارے سامنے موجود ہیں۔



ترکیب

- 1- آئس برگ کو چھوٹے ٹکڑوں میں کاٹ لیں۔
- 2- مشرومز سلائس کر لیں۔
- 3- ایک چھوٹی گڈی پارسلے شامل کریں۔
- 4- کھیرے چھینے کے بعد اس کے بیج نکال لیں اور ان کو سلائس کر کے پیالے میں ڈال دیں۔
- 5- ٹماٹر کاٹ کر شامل کر لیں پھر اس میں مایونیز کریم شامل کر لیں اس کے ساتھ 2 کھانے کے چمچ نمائو کیچ اپ بھی شامل کریں۔
- 6- نمک، کالی مرچ اور لیموں کا جوس بھی شامل کریں ان کو مکس کر لیں اور ٹھنڈا ہونے کے لیے فرج میں رکھ دیں۔
- 7- اب یہ ٹھنڈی سالاد مہمانوں کو پیش کریں۔

اجزاء

- آئس برگ : 1 گڈی
 مشرومز : 6 سے 8 عدد
 پارسلے : 1 گڈی
 کھیرے : 2 عدد
 ٹماٹر : 2 عدد
 مایونیز : 4 کھانے کے چمچ
 نمائو کیچ اپ : 1 سے 2 کھانے کے چمچ
 نمک : حسب ذائقہ
 کالی مرچ : 1/4 چائے کی چمچ
 لیموں : 1 عدد

پریزنٹیشن

سالاد پتے پر رکھ کر لیموں سے سجا کر پیش کریں۔

شیف ڈاکٹر ٹپ

میدے یا آٹے کے کنستر میں تیز پات کے پتے رکھ دینے سے کیڑے وغیرہ پیدا نہیں ہوتے ہیں۔



نوڈلز سلاد

نوڈلز سب سے جلدی اور آسانی تیار ہونے والی خوراک ہے۔ چین کے لوگ زیادہ تر کچی سبزیاں کھاتے ہیں۔ چین کے صوبہ زیانگ کے لوگ نوڈلز اور کچی سبزیاں کس کر کے بطور لچ استعمال کیا کرتے تھے۔ بچوں کے لیے مزے دار اور منفرد سائنج جس کو مختلف طریقوں سے تیار کیا جاسکتا ہے۔

ترکیب

- 1- بند گوبھی، ٹماٹر، شملہ مرچ اور گاجر ہر ایک کاٹ لیں۔
- 2- ایک پیالے میں اُبلے ہوئے نوڈلز اور تمام سبزیاں، نمک، کالی مرچ، سفید مرچ، ووسٹر ساس، سویا ساس اور زیتون کا تیل ڈال کر اچھی طرح مکس کر لیں۔
- 3- مزے دار نوڈلز سلاد تیار ہے۔

اجزاء

- نوڈلز : 1/2 پیکٹ
- بند گوبھی : 1/4 پھول
- گاجر : 1 عدد
- شملہ مرچ : 2 عدد
- ٹماٹر : 2 عدد
- نمک : حسب ذائقہ
- بلیک پیپر : 1/4 چائے کا چمچ
- وائٹ پیپر : 1/4 چائے کا چمچ
- ووسٹر ساس : 2 کھانے کے چمچ
- سویا ساس : 1 کھانے کا چمچ
- زیتون کا تیل : 2 کھانے کے چمچ

پریزنٹیشن

پیالے میں ڈال کر ٹماٹروں سے سجاکر پیش کریں۔

شیف ڈاکٹر ٹپ

مٹر کے دانے اگر زیادہ عرصہ تک تازہ رکھنے ہوں تو انہیں شیشے کی بوتل میں بند کر کے رکھیں۔ مٹر کافی دیر تک تازہ رہیں گے۔

رشین سلاد

رشین سلاد روس میں اولیویر سلاد کے نام سے مشہور ہے۔ ماسکو کے ایک ریسٹورنٹ ہرمنج کے شیف لوئین الیویر نے 1860ء میں بنایا۔ یہ سلاد بہت مقبول ہوا۔



ترکیب

- 1- سیب، گاجر اور آلو بال کر کیوب بنالیں۔
- 2- ایک پیالے میں اُبلتی ہوئی گاجر، ابلے ہوئے آلو، سیب، اخروٹ، کشمش، نمک کالی مرچ، کریم اور سلاد پتہ ڈال کر اچھی طرح مکس کر لیں۔
- 3- مزید ار رشین سلاد چرنے اور زیرہ پلاؤ کے ساتھ پیش کریں۔

اجزاء

- آلو : 2 عدد
 گاجر : 2 عدد
 سیب : 1 عدد
 اخروٹ : 50 گرام
 کشمش : 50 گرام
 مایونیز : 1/2 کپ
 کالی مرچ : 1/4 چائے کا چمچ
 نمک : حسب ذائقہ
 کریم : 4 چمچ

پریزنٹیشن

سلاد کے پتے، کٹے ہوئے کھیرے اور گاجر کے لمبے ٹکڑوں سے سجا کر پیش کریں۔

شیف ڈا کرپ

سلاد میں ابلے ہوئے سبز مٹر یا ابلتی ہوئی چکن بھی شامل کر سکتے ہیں۔





www.pkdigest.com



www.pkdigest.com

سیبزیان

مرچی مصالحہ

ہندوستان کے لوگ چٹ پٹے کھانوں کے ہمیشہ سے رسیار ہے ہیں۔ مشہور بادشاہ اشوکا کے دور میں لوگ مرچ کو مصالحے سے بھر کر پکاتے اور خاص موقعوں پر مہمانوں کو پیش کرتے تھے۔ اور یوں ”مرچی مصالحہ“ تاریخ کی پرتوں سے ہوتا ہوا ہم تک پہنچا۔



ترکیب

- 1- فرائی پین میں تیل اور تمام مصالحے ڈال کر بھون لیں، تھوڑا سا پانی بھی شامل کر لیں۔
- 2- ہری مرچیں درمیان سے چاک کر لیں اور ان میں یہ مصالحہ بہت کم مقدار میں بھر لیں۔ بھری مرچوں کو باقی مصالحے میں شامل کر لیں۔ 2 سے 3 منٹ کا دم دیں۔

اجزاء

- موٹی مرچ : 6 سے 7 عدد
 لیموں : 2 عدد (رس نکال لیں)
 پیسی ہوئی کھٹائی : 1 چائے کا چمچ
 پسا ہوا دھنیا : 1 چائے کا چمچ
 پسا ہوا زیرہ : 1/2 چائے کا چمچ
 کٹی ہوئی لال مرچ : 1/2 چائے کا چمچ
 چٹ مصالحہ : 1/2 چائے کا چمچ
 لال مرچ پاؤڈر : 1/2 چائے کا چمچ
 ہلدی : 1/4 چائے کا چمچ
 نمک : حسب ذائقہ
 تیل : 2 کھانے کے چمچ

پریزنٹیشن

مرچی مصالحہ پلیٹ میں ڈال کر لیموں کے باریک قتلوں اور خنجر گارلک ساس کے ساتھ پیش کریں۔

شیف ڈاکوٹپ

اگر ہاتھوں پر سبز مرچیں لگ جائیں تو جلن دور کرنے کے لئے کپڑے دھونے والا تیل گھول کر اس میں ہاتھ ڈبو دیں پھر تھوڑی سی گڑ کی ڈلی کو پانی میں بھگو کر انگلیوں پر ملیں جلن ختم ہو جائے گی۔



بھنڈی کی بھجیا

بھنڈی تقریباً پوری دنیا میں گرم مرطوب علاقوں میں پائی جاتی ہے۔ 500 قبل مسیح میں ایک انگریز سیاح سلک روٹ کے ذریعے انڈیا پہنچا تو اس کا راستے میں ایک جنگل سے گزر ہوا۔ بھوک اور پیاس سے نڈھال پڑا تھا کہ ایک بوڑھا آدمی اسے اپنے جھونپڑے میں لے گیا۔ اس آدمی نے اسے کھانے میں بھنڈی دی۔ پوچھنے پر پتہ چلا کہ یہ سبزی بھنڈی ہے۔ بوڑھے آدمی نے اسے سچ دیے جو اس نے اپنے ملک میں جا کر لگائے اور اسے اوکرا کا نام دیا۔



ترکیب

- 1- بھنڈی کو گول گول کاٹ لیں۔
- 2- اس کے بعد گرم تیل میں فرائی کر لیں۔
- 3- جب بھنڈی فرائی کر لیں تو الگ تین میں تیل ڈال کر اس میں پیاز باریک کاٹ کر شامل کر دیں۔
- 4- 3 سے 4 منٹ تک پیاز کو پکانے کے بعد اس میں سارے مصالحے اور ٹماٹر وغیرہ شامل کر دیں۔ پھر اس کو اچھی طرح سے بھونیں۔
- 5- جب مصالحہ بھنسن جائے اور سبزی پک جائے تو اس میں فرائی کی ہوئی بھنڈی شامل کر لیں۔ چولہے کو ہلکا کر کے اس بھجیا کو 6 سے 8 منٹ تک ڈھک کر دم پر چھوڑ دیں۔
- 6- آپ کی مزیدار بھنڈی کی بھجیا تیار ہے۔

پریزنٹیشن

ہرے دھینے اور ادراک کی تلوں سے سجا کر پیش کریں۔

شیف ڈاکٹر ٹپ

بھنڈی کی لیس ختم کرنے کے لیے اسے تھوڑی دیر دھوپ میں رکھیں پھر فرائی کریں۔

اجزاء

- بھنڈی : 300 گرام
پیاز : 2 عدد
ٹماٹر : 2 عدد
ہری مرچ : 4 سے 5 عدد
برادھنیا : حسب ضرورت
ادراک لہسن کا پیسٹ : 2 کھانے کے چمچ
ادراک : سجاوٹ کے لیے
میتھی : تھوڑی سی
گٹی ہوئی لال مرچ : 1 کھانے کا چمچ
لال مرچ پاؤڈر : 1/2 کھانے کا چمچ
ہلدی : 1/2 کھانے کا چمچ
گٹا ہوا دھنیا : 1 کھانے کا چمچ
گٹا ہوا زیرہ : 1 کھانے کا چمچ
نمک : حسب ذائقہ
تیل : 1/4 کپ



جیکٹ پوٹیٹو (جیکٹ آلو)



اجزاء

- آلو : 4 عدد
- کریم : 4 چمچ
- پارسلے ہر ادھنیا : 1 گڈی
- نمک : حسب ذائقہ
- کالی مرچ : حسب ذائقہ
- دوسرے ساس : 4 چمچ

ترکیب

- 1- ثابت آلو پلیٹ میں نکال کر ان پر نمک اور کالی مرچ چھڑک لیں۔
- 2- ایلو ٹیم پیپر میں الگ الگ رکھ کر پلیٹ لیں اور بیک ہونے کے لیے اوون میں رکھ دیں۔ 10 سے 15 منٹ تک۔
- 3- جب آلو بیک ہو جائیں تو اوون سے نکال کر انہیں چار حصوں میں کاٹ لیں۔
- 4- باریک کٹی ہوئی ہری پیاز، پارسلے، دوسرے ساس اور کریم مکس کریں۔
- 5- یہ ساس آلوؤں پر ڈال کر پیش کریں۔

www.pkdigest.com

پریزنٹیشن

یہ جیکٹ پوٹیٹو روٹ کے ساتھ سرو کریں ساتھ میں ٹماٹو کیچ اپ یا چلی ساس بھی دیں۔

شیف ڈاکٹر ٹپ

کریم میں کھٹی بو آنے لگے تو اس میں ایک چمکی میٹھا سوڈا ڈال کر ٹھنڈی جگہ پر رکھیں بو کم ہو جائے گی۔



آلو گاجر کے کباب

برصغیر میں جہاں مسلمانوں نے گوشت سے بنے ہوئے لاتعداد کھانے متعارف کرائے۔ وہاں سبزی خوردہ بھی کسی سے کم نہ رہے۔ 1780ء میں ایک ہندو باورچی نے اپنے رقبہ کے لئے سبزی سے بنے ہوئے کباب بنائے۔ اس میں اس نے گاجر اور آلو استعمال کئے۔

ترکیب

- 1- آلو اور گاجر ہاتھ سے مسل لیں۔
- 2- گاجر اور آلو کے آمیزے میں نمک، کالی مرچ، کٹی ہوئی لال مرچ، پسلی ہوئی کھٹائی دھنیا اور پودینہ ڈال کر مکس کریں۔
- 3- ہاتھوں پر تھوڑا تھوڑا پانی لگا کر کباب بنالیں۔ اب ان کو گرم تیل میں ڈال کر فرائی کریں۔

اجزاء

گاجر : 2 عدد (آبال لیں)

آلو : 2 سے 3 عدد (آبال لیں)

نمک : حسب ذائقہ

کالی مرچ : ½ چائے کا چمچ

کٹی ہوئی لال مرچ : ½ چائے کا چمچ

پسلی ہوئی کھٹائی : ½ چائے کا چمچ

ہرا دھنیا، پودینہ : حسب ضرورت

www.pkdigest.com

پریزنٹیشن

پلیٹ میں سلاد کے پتے پر نکال کر کٹی ہوئی گاجر، کھیرے اور کئے ہوئے لیموں سے سجا کر چلی گارلک، ساس کے ساتھ پیش کریں۔

شیف ڈاکریٹپ

کبابوں میں ابلے ہوئے مٹر بھی لوٹ کر استعمال کئے جاسکتے ہیں۔

ویجیٹیل چاؤمن

25ء میں چائینہ میں ہان دور حکومت میں لوگ نوڈلز اور سبزی سے کھانا تیار کرتے تھے۔ جو بڑے شوق سے دوپہر کے کھانے میں کھایا جاتا تھا۔ بعد میں یہ ڈش چائینہ کے نام سے مشہور ہوئی۔



ترکیب

- 1- گرم تیل میں ابلے ہوئے نوڈلز ڈال کر saute کریں۔
- 2- پین میں پیاز، شملہ مرچ، گاجر، ہرا پیاز، ٹماٹر، سیاہ زیتون اور بند گوبھی ڈال کر نرم کر لیں۔
- 3- نمک، کالی مرچ، ووٹر ساس اور اویلٹر ساس ڈال کر اتنا پکائیں کہ سبزیاں گل جائیں تو اس میں نوڈلز شامل کر کے دو سے تین منٹ پکنے کے بعد پیش کریں۔

اجزاء

- نوڈلز : 1/2 کپ (ابال لیں)
- پیاز : 1 عدد
- ہرا پیاز : 2 سو گرام
- نمک : حسب ذائقہ
- کالی مرچ : 1/2 چائے کا چمچ
- اویلٹر ساس : 2 کھانے کے چمچ
- ووٹر ساس : حسب ضرورت
- شملہ مرچ : 1 عدد
- بند گوبھی : 1/4 پھول
- گاجر : 1 عدد
- ٹماٹر : 1 عدد
- سیاہ زیتون : 6 سے 7 عدد
- تیل : 2 سے 3 کھانے کے چمچ

پریزنٹیشن

ہری مرچ اور چلی ساس کے ساتھ گرم پیش کریں۔

شیف ڈاکٹر ٹپ

اگر سبزیوں کو محفوظ کرنا ہو تو ان کو چھوٹے ٹکڑوں میں کاٹ کر دھوپ میں خشک کر کے بند ڈبوں میں محفوظ کر لیں۔



ترنی کی بھجیا

ترنی کی بھجیا برصغیر کی بہت ہی مقبول ڈش ہے۔ سولہویں صدی میں ترنی کو پکا کر بھجیا بنائی جاتی تھی یہ ہر گھر کا کھانا تھا۔ شیف ذاکر نے اس ڈش میں خاص لذت اور اپنا منفرد ذائقہ شامل کر کے اسے بہت لذیذ اور صحت افزا بنایا ہے۔



ترکیب

- 1- ترنی چھیل کر کاٹ لیں اور مونے بیج نکال لیں۔
- 2- گرم تیل میں ادراک لہسن کا پیسٹ ڈال کر بھون لیں۔ 6 سے 7 منٹ کے بعد ترنی شامل کر دیں۔
- 3- ٹماٹر، پیاز اور دھنیا باریک کاٹ کر شامل کر لیں اور تھوڑا کچنے دیں۔
- 4- کئی ہوئی لال مرچ، نمک، زیرہ اور ہلدی ڈال کر اتنا بھونیں کہ پانی خشک ہو جائے اور ترنی گل جائے۔

اجزاء

- ترنی : 300 گرام
 پیاز : 1 عدد
 ٹماٹر : 2 عدد
 ہر ادھنیا : 1/2 گلدی
 کئی ہوئی لال مرچ : 1 کھانے کا چمچ
 کٹا ہوا زیرہ : 1/2 کھانے کا چمچ
 کٹا ہوا دھنیا : 1/2 کھانے کا چمچ
 ادراک لہسن کی پیسٹ : 1 کھانے کا چمچ
 ہلدی : 1 چائے کا چمچ
 نمک : حسب ذائقہ
 تیل : حسب ضرورت

پریزنٹیشن

پلیٹ میں ڈال کر دھنیے سے سجا کر گرم ماگرم چپاتی کے ساتھ پیش کریں۔

شیف ذاکر ٹپ

ڈبل روٹی یا بن سوکھ جائیں تو انہیں اوون میں گرم کریں یہ دوبارہ تازہ ہو جائیں گے۔



لوکی کی بھجیا

لوکی یا گھیا برصغیر کی سب سے پرانی ہیزیوں میں سے ہے۔ گرمیوں میں اس کا استعمال اس کی ٹھنڈی تاثیر کی وجہ سے کیا جاتا ہے۔ ہرے کدو کے علاوہ میٹھا کدو بھی مختلف طریقوں سے پکایا جاتا ہے۔ خاص طور پر اس کا رائیہ بہت مزے دار ہوتا ہے۔



ترکیب

- 1- لوکی چھیل لیں اور گول گول کاٹ لیں۔
- 2- اس کے بعد ایک برتن میں $1/4$ کپ تیل اور اس میں ایک کھانے کا چمچ لہسن اور ک کا پیسٹ شامل کر دیں۔
- 3- 2 منٹ بعد اس میں پیاز، نمٹاڑ، ہر ادھنیا اور لوکی بھی شامل کر دیں۔
- 4- اس کو 3 سے 4 منٹ تک پکائیں۔ اب اس میں بقیہ سارے مصالحے شامل کر دیں۔ اس کے بعد چو لھے کی لوم کر دیں۔
- 5- برتن کو ڈھک دیں اور 10 منٹ کے لیے چھوڑ دیں۔
- 6- 10 منٹ کے بعد لوکی کو چیک کریں گل جانے کی صورت میں 2 سے 3 منٹ تک بھجھیں۔

اجزاء

- لوکی : 300 گرام
 پیاز : 1 عدد
 نمٹاڑ : 2 عدد
 تازہ ہر ادھنیا : $1/2$ گڈی
 گھٹی ہوئی سرخ مرچ : ایک چائے کا چمچ
 گٹا ہوا زیرہ : $1/2$ چائے کا چمچ
 گٹا ہوا خشک ادھنیا : $1/2$ چائے کا چمچ
 نمک : حسب ذائقہ
 لہسن اور ادھک کا پیسٹ : ایک چائے کا چمچ
 ہلدی : ایک چائے کا چمچ
 تیل : $1/4$ کپ

پریزنٹیشن

پلیٹ میں ڈال کر گھٹی ہوئی ادھک، ہرے دھنیے سے سجا کر پیش کریں۔

شیف ڈا کرٹپ

اگر ایک ہی ڈبے میں کیک اور ڈبل روٹی رکھی جائے تو ڈبل روٹی سوکھ جاتی ہے کیونکہ کیک ڈبل روٹی کی نمی چوس لے گا۔ اس لئے ان دونوں کو علیحدہ رکھیں۔



کری آلو

کری آلو شیف ڈاکر کی تیار کردہ انتہائی لذیذ اور مزیدار دیش ہے، جو بچوں کے لئے خاص طور پر تیار کی گئی ہے۔ عموماً بچے آلو بہت پسند کرتے ہیں مائیں فریج فرائیز، آلو کے ڈنٹس کے علاوہ کری آلو بھی بچوں کو دے سکتی ہیں۔



ترکیب

- 1- آلو اُبال لیں۔
- 2- چھیل کر آلو کے گول گول قتلے کاٹ لیں۔
- 3- بین میں دودھ گرم کریں اور بھنے ہوئے میدے سے گاڑھا کر لیں۔
- 4- دودھ جب گاڑھا ہو جائے تو اس میں ہری پیاز، دوسرے ساس، کریم، نمک، کالی مرچ اور سفید مرچ شامل کریں۔
- 5- اس کے بعد کٹے ہوئے آلو کے قتلے اس مکچر میں شامل کر دیں اور 4 سے 5 منٹ تک پکائیں۔

اجزاء

- آلو : 1/2 کلو
 ہری پیاز : 2 پتے
 میدہ : 4 چمچ
 دوسرے ساس : 2 چمچ
 کریم : 4 چمچ
 نمک : حسب ذائقہ
 کالی مرچ : 1/4 چائے کی چمچ
 سفید مرچ : 1/4 چائے کی چمچ
 دودھ : 2 کپ

پریزنٹیشن

ہری پیاز اور کریم سے سجاکر مہمانوں کو گرم پیش کریں۔

شیف ڈاکر ٹپ

آلو کے قتلوں کی جگہ آپ آلو کیوب کی شکل میں کاٹ کر بھی پیش کر سکتی ہیں۔







www.pkdigest.com

گوشت

آلوقیمہ



اجزاء

قیمہ : 200 گرام

آلو : 2 عدد

اورک لہسن کا پیسٹ : 2 کھانے کے چمچ

پیاز : 1 عدد

ٹماٹر : 2 عدد

برادھنیا : 1/2 گڈی

ہری مرچ : 4 سے 6 عدد

کٹی ہوئی لال مرچ : 1 کھانے کا چمچ

نمک : حسب ذائقہ

تیل : 1/4 کپ

ترکیب

- 1- گرم تیل میں اورک لہسن ڈال کر بیون لیں اور قیمہ ڈال کر تھوڑی دیر پکالیں۔
- 2- آلو کاٹ کر قیے میں شامل کر لیں۔
- 3- نمک، لٹھی ہوئی لال مرچ، ہری مرچ، پیاز، ٹماٹر اور پانی ڈال کر ڈھکن سے ڈھانپ دیں اور پکنے کے لیے رکھ دیں۔ 10 سے 15 منٹ کے بعد اس میں دھنیا شامل کر دیں۔
- 4- قیمہ اتار لیں اور آلوؤں کا رنگ بدل جائے۔
- 5- پانی خشک ہو جائے تو چپاتی کے ساتھ پیش کریں۔

پریزنٹیشن

آلو قیمہ ایک پلیٹ میں ڈال کر کھیرے کے گول ٹکڑوں پر ثابت ہری مرچ اور کٹے ہوئے ٹماٹر سے سجا کر پیش کریں۔

شیف ڈاکریٹپ

نمک کوئی سے بچانے کے لئے نمک دانی میں چند دانے کچے چاولوں کے ڈال دیں نمک میں سیلن نہیں ہوگی۔



بیف لزانہ

یہ ایک انالین ڈش ہے۔ کہا جاتا ہے کہ اٹلی کے شہر روم میں 1847ء میں ایک ریستورنٹ نے نئے انداز سے بیف پکا یا اور اسے بیف لزانہ کا نام دیا۔ اس ترکیب میں شیف ذکر کرنے اس کو پاکستانی ذائقے کے ساتھ تیار کیا ہے۔



ترکیب

- 1- ایک پن میں تیل ڈالیں اور لہسن کو چپ کر کے بھون لیں۔
- 2- پھر اس میں قیمہ شامل کر دیں۔
- 3- اس میں آدھی چائے کی چمچ روز میری اور اور پکا نو ڈال کر قیمہ کو اتنا بھونیں کہ قیمہ ڈرائی ہو جائے۔
- 4- اب اس میں ٹماٹو پوری، باریک کٹا ہوا ٹماٹر، شملہ مرچ، ہرا پیاز اور پارسلے شامل کر دیں۔
- 5- اس کے بعد تمام مصالحے اور ساس ڈال کر 4 سے 5 منٹ تک پکائیں۔
- 6- اس میں آدھا پیکٹ لزانہ ڈال لیں ایک اوون پر وف ڈش میں لزانہ شیٹ رکھ کر اس پر قیمہ پھیلائیں۔
- 7- اب وائٹ ساس تھوڑا تھوڑا ڈال کر ایک تہ بنا لیں (وائٹ ساس کی ترکیب دیکھیں صفحہ نمبر 8 پر)
- 8- اس عمل کو دو بار دہرائیں اور آخری تہ چنڈر چیز کی توڑ کر ڈالیں۔ اور 10 سے 15 منٹ کیلئے اوون میں رکھ دیں اوون کا درجہ حرارت 180°C ہونا چاہیے۔

اجزاء

- قیمہ : 300 گرام
 لزانہ : 1 پیکٹ
 اور پکا نو : 1/2 چائے کا چمچ
 روز میری : 1/2 چائے کا چمچ
 ٹماٹو پوری : 3 کھانے کے چمچ
 لہسن : 3 سے 4 جوے
 ٹماٹر : 1 عدد
 شملہ مرچ : 1 عدد
 ہرا پیاز : 1 عدد (پتے کاٹ لیں)
 پارسلے : حسب ضرورت
 دوسرے ساس : 3 کھانے کے چمچ
 کالی مرچ : 1/2 چائے کا چمچ
 سفید مرچ : 1/4 چائے کا چمچ
 نمک : حسب ذائقہ
 تیل : 1/4 کپ

شیف ڈاکٹرپ

مسٹر ڈاکٹر اور پارمن چیز بھی وائٹ ساس میں استعمال کیا جاسکتا ہے۔



بیف اسٹیکس

عراق کے لوگ بیف کو لمبا کاٹ کر کوکلوں پر بھونا کرتے تھے۔ بیف کو اس طرح بھوننے کا انداز نسل در نسل منتقل ہوتا رہا۔ اس کو بنانے کا انداز بہتر سے بہتر ہوتا گیا۔ سک روٹ کے ذریعے یہ کھانا چائینہ پانچا اور روایتی چائینیز سٹائل میں ڈھل گیا۔ آج بھی لوگ اسے صرف آگ پر بھون کر نمک اور مرچ لگا کر کھاتے ہیں۔

ترکیب

- 1- گائے کے گوشت کو اسٹیک کی شکل میں کاٹ لیں۔
- 2- پھر ایک پیالے میں اورک لہسن کا پیسٹ، کٹی ہوئی مرچ، نمک، لیموں کا جوس مسٹرڈ پیسٹ اور تیل شامل کریں۔
- 3- اس مکسچر کو کس کر لیں یہاں تک کہ یہ مکسچر گاڑھا ہو جائے اور پھر 2 کھانے کے چمچ دو سٹر ساس شامل کر دیں۔
- 4- اب اس میں اسٹیک شامل کر کے تقریباً ایک گھنٹے بعد یہ اسٹیک گرل یا فرائی پین میں تلیں۔
- 5- جب اسٹیک اچھی طرح سے گل جائے تو اس کو پلیٹ میں نکال لیں۔
- 6- ایک پین میں 4 کھانے کے چمچ تیل اور باریک کٹی ہوئی پیاز شامل کر دیں۔
- 7- پیاز لال ہو جائے تو اس میں 2 کپ پانی شامل کر دیں پھر میدہ سے اس کو گاڑھا کر لیں اور مشرومز شامل کر دیں یہ آمیزہ اسٹیک کے اوپر ڈال کر اس کو بوائل رائس یا بوائل میزی کے ساتھ پیش کریں۔

پریزنٹیشن

پلیٹ میں نکال کر ہرے دھنیے کے چند پتوں اور لیموں سے سجا کر گرین چلی ساس کے ساتھ پیش کریں۔

شیف ڈا کرپٹ

بیف کے زیادہ لمبے اسٹیکس مت کاٹیں بلکہ درمیانے رکھیں۔ تاکہ آسانی گل جائے۔

اجزاء

- گائے کا گوشت (درمیانے ٹکڑوں میں) : 1/2 کلو
میدہ : 4 کھانے کے چمچ
پیاز : 1 عدد
مشرومز : 1/2 کپ
لیموں : 1 عدد
اورک لہسن کا پیسٹ : 1/2 کھانے کے چمچ
مسٹرڈ پیسٹ : 1 کھانے کا چمچ
کٹی ہوئی کالی مرچ : 1 چائے کا چمچ
نمک : حسب ذائقہ
تیل : 1/4 کپ
دو سٹر ساس : 2 کھانے کے چمچ

بھنا ہوا بیف

گھروں میں گوشت کو کونکوں پر بھونا مشکل ہوتا ہے۔ روٹنڈ بیف کا آغاز اس دور سے شروع ہوا جب انسان نے آگ دریافت کی۔ انسان جنگلی جانوروں کا شکار کر کے آگ پر بھون کر نرم کرتا اور مزے سے کھاتا۔ موجودہ دور میں لوگ اوون اور تندور میں بھون کر اس ذائقے سے لطف اندوز ہوتے ہیں۔



ترکیب

- 1- گوشت پر لیموں کا رس لگائیں۔
- 2- ایک پیالے میں نمک، دو سٹر ساس، اورک لہسن کا پیسٹ، کٹی ہوئی لال مرچ، پسلی کالی مرچ، سفید مرچ، مسٹرڈ پیسٹ اور لیموں لگا گوشت اور تیل اچھی طرح مکس کر لیں۔
- 3- اوون میں رکھ کر بیک کر لیں۔
- 4- شملہ مرچ، گاجر اور ہرا پیاز باریک کاٹ لیں۔
- 5- تمام کٹی ہوئی سبزییاں فرائی پین میں ڈال کر ہلکی فرائی کر لیں۔
- 6- اور بیف روٹ پر ڈال دیں۔

پریزنٹیشن

سلاد کے پتوں کے ساتھ پلیٹ میں ڈال کر کٹے ہوئے لیموں، ٹماٹر اور ہرے پودینے سے سجا کر پیش کریں۔

شیف ڈاکٹر ٹپ

انڈر کٹ گوشت استعمال کریں تاکہ بآسانی گل جائے۔

اجزاء

- بیف : 1/2 کلو
- لیموں : 2 عدد
- شملہ مرچ : 1 عدد
- گاجر : 1 عدد
- ہرا پیاز : 3 عدد
- اورک لہسن کا پیسٹ : 2 کھانے کے چمچ
- مسٹرڈ پیسٹ : 3 کھانے کے چمچ
- دو سٹر ساس : 4 کھانے کے چمچ
- کٹی ہوئی لال مرچ : 3 کھانے کے چمچ
- پسلی ہوئی لال مرچ : 2 کھانے کے چمچ
- سفید مرچ : 1 کھانے کا چمچ
- نمک : حسب ذائقہ
- تیل : حسب ضرورت



بیف ریڈ پیپر

بیف سے بے شمار قسم کے لذیذ کھانے تیار کیے جاتے ہیں۔ بیف ریڈ پیپر شیف ڈاکٹر کی اپنی تیار کردہ لذیذ ڈش ہے۔ اس میں وٹامن اور آئرن کی ایک بڑی مقدار موجود ہے۔

ترکیب

- 1- پیاز، ہری پیاز اور لہسن کو باریک کاٹ لیں۔
- 2- پن میں تیل ڈال کر لہسن، ثابت لال مرچ اور بیف ڈال کر بھون لیں حتیٰ کہ گوشت نرم ہو جائے۔
- 3- اب اس میں کئی ہوئی سبزیاں کس کر کے اوپر سے وائٹ پیپر، کالی مرچ، نمک اویسٹر ساس اور کارن فلائڈ میں تھوڑا پانی ملا کر ڈال دیں اور پکائیں۔

اجزاء

- بیف (انڈر کٹ) : 300 گرام
 ہرا پیاز : 2 عدد
 پیاز : 1 عدد
 لہسن : 4 جوے
 کارن فلائڈ : حسب ضرورت
 ثابت لال مرچ : 5 سے 6 عدد
 اویسٹر ساس : 2 کھانے کے چمچ
 کالی مرچ : حسب ضرورت
 سفید مرچ : حسب ضرورت
 نمک : حسب ذائقہ
 تیل : حسب ضرورت

پریزنٹیشن

بیف ریڈ پیپر پلیٹ میں نکال کر پارسلے اور چلی ساس کے ساتھ پیش کریں۔

شیف ڈاکٹر ٹپ

اگر آپ کچا پیاز کھانا چاہیں تو پہلے پیاز کو کاٹ کر نمک اور سرکہ یا لیموں لگا کر دھو لیں اس سے پیاز کی بو ختم ہو جائے گی۔

چانپ مصالحہ

اس کھانے کا تعلق پنجاب سے ہے۔ شیر شاہ سوری کے دور حکومت میں جب وہ قلعہ روپناس کی تعمیر کروا رہا تھا۔ تو وہاں کے کاریگر بکرے کی چانپ کو خاص انداز سے مصالحوں میں پکاتے تھے۔ شیر شاہ سوری رات کے کھانے کے وقت کاریگروں کے خیموں کے پاس سے گزرا تو لذیذ خوشبو اس کو ایک خاص خیمے کے پاس لے گئی۔ پوچھنے پر معلوم ہوا یہ چانپ مصالحہ ہے۔ کھایا تو بہت لذیذ لگا اور اسے بہت سراہا۔



ترکیب

- 1- فرائی پین میں چار کھانے کے چمچ تیل ڈال کر گرم کریں۔
- 2- کھانے کے چمچ اورک لہسن کا پیسٹ 2 سے 3 منٹ پکانے کے بعد اس میں چانپ ٹماٹر، پیاز اور ہری مرچ شامل کر کے 10 منٹ تک پکائیں۔
- 3- باقی سارا مصالحہ شامل کر کے دو کپ پانی ڈال کر دھکن بند کر کے دھیمی لو پر اس کو پکے دیں۔
- 4- گوشت گل جانے پر اس کو بھون لیں اور گرم گرم پیش کریں۔

اجزاء

- بکرے کی چانپ : 1/2 کلو
 ٹماٹر : 2 عدد
 پیاز : 1 عدد
 دھنیا : 1/2 گڈی
 ہری مرچ : 4 سے 5 عدد
 کٹی ہوئی لال مرچ : 2 کھانے کے چمچ
 بلدی : 1/2 چائے کا چمچ
 نمک : حسب ذائقہ
 کٹا ہوا زیرہ : 1/2 کھانے کا چمچ
 پسا ہوا زیرہ : 1/2 کھانے کا چمچ
 تیل : حسب ضرورت
 اورک لہسن کا پیسٹ : 2 کھانے کے چمچ

پریزنٹیشن

گوشت کو پلیٹ میں نکال کر دھنیا، باریک کٹی ہوئی اورک اور لیموں سے سجا کر پیش کریں۔

شیف ڈاکٹر ٹپ

سارن میں نکڑی کا ایک صاف کوئلہ ڈالنے سے بھی نمک کم ہو جاتا ہے۔



بیف پیپر مشروم

مشروم پوری دنیا میں مختلف انداز سے پکائی جاتی ہے۔ پاکستان میں مشروم پکانے کا خاص انداز ہے۔ مشروم کو مختلف قسم کے گوشت کے ساتھ پکایا جاتا ہے۔ بیف پیپر مشروم کو شیف ذاکر نے اپنے منفرد انداز سے پکایا ہے کہ کھانے والے کا ہاتھ کھانے سے ہٹا ہی نہیں۔



ترکیب

- 1- انڈر کٹ بیف کے پارچے بنالیں۔ ان پر نمک، کالی مرچ، تھوڑا سا تیل اور ک لسن کا پیسٹ لگا کر آدھے گھنٹے کے لیے چھوڑ دیں۔
- 2- آدھے گھنٹے بعد اس کو پین میں تھوڑے تیل میں فرائی کر لیں۔
- 3- گوشت جب فرائی ہو جائے تو چولہا بند کر دیں۔
- 4- دوسرے پین میں دو کھانے کے چمچ تیل ڈال کر آدھی پیاز باریک کاٹ کر لال کریں۔ جب پیاز لال ہو جائے تو اس میں دو کپ پانی شامل کر دیں۔ اس میں دوسٹر ساس، کئی ہوئی لال مرچ، ہر اپیاز، نمک اور پیسی ہوئی کالی مرچ شامل کر دیں۔
- 5- مشروم کو سائس کر لیں اور اس میں شامل کر دیں۔ جب یہ آمیزہ ابلنا شروع ہو جائے تو اس میں بھنا ہوا میدہ تین کھانے کے چمچ تھوڑا تھوڑا شامل کریں۔
- 6- جب یہ گاڑھا ہو جائے تو اس میں ایک کھانے کا چمچ فریش کریم شامل کر دیں۔

پریزنٹیشن

پلیٹ میں ڈال کر ہر سے دھینے سے سجا کر پیش کریں۔

شیف ذاکر ٹپ

گائے کے گوشت کی جگہ چکن کے انڈر کٹ بھی استعمال کیے جاسکتے ہیں۔

اجزاء

گائے کا گوشت (انڈر کٹ) : 300 گرام

بٹن مشروم : 6 عدد

دوسٹر ساس : 3 چمچ

کئی ہوئی لال مرچ : 1 چمچ

میدہ : 3 چمچ

پیاز : آدھا

کریم : 1 چمچ

ہری پیاز : 2 عدد

نمک : حسب ذائقہ

کالی مرچ : حسب ذائقہ

اور ک لسن کا پیسٹ : ایک کھانے کا چمچ



چائیز بیف

چائیز کھانے اپنی لذت اور ذائقے کی بنا پر تمام دنیا میں مشہور ہیں۔ چائیز کھانوں میں علاقائی ذائقے کے مطابق تبدیلی ہوتی ہے مختلف صوبوں کے مختلف ذائقے ہیں سچے ان صوبے کے کھانے اپنے خاص انداز اور ذائقے کی وجہ سے مقبول ہیں وہاں بھی بیف کھانوں میں زیادہ استعمال کیا جاتا ہے۔ قبائلی خاں کے دور میں بیف کو خاص انداز سے پکایا جاتا تھا جسے شہنشاہ بہت پسند کرتا تھا۔ یہی کھانا بعد میں ”چائیز بیف“ کے نام سے مشہور ہوا۔

ترکیب

- 1- بیف انڈر کٹ کے چھوٹے چھوٹے سلاکس کر لیں۔
- 2- پین میں تیل ڈال کر گرم کر لیں، پس اور بیف کے پیرس ڈال دیں، براؤن ہو جانے پر نکال لیں۔
- 3- ہری پیاز باریک کاٹ لیں، پیاز پھوسوں میں کاٹ لیں اور پس باریک کاٹ لیں۔
- 4- دوسرے پین میں پس ڈال کر ہلکا بھون لیں۔
- 5- اس میں پیاز اور کئی ہوئی ہری پیاز، کالی مرچ، سفید مرچ، دوسرے ساس اور اویسٹر ساس ڈال دیں۔
- 6- تین سے چار منٹ پکانے کے بعد اس میں فراٹی کیا ہوا بیف شامل کر دیں۔
- 7- اب ایک کپ پانی کے ساتھ کارن فلار شامل کر دیں۔
- 8- 3 سے 4 منٹ پکانے کے بعد آپ کا چائیز بیف تیار ہے۔

اجزاء

بیف (درمیانے ٹکڑے) : 300 گرام

پیاز : 1 عدد

ہری پیاز : 2 عدد

دوسرے ساس : 2 کھانے کے چمچ

اویسٹر ساس : 1 کھانے کا چمچ

کارن فلار : 2 کھانے کے چمچ

کالی مرچ : 1/4 چائے کا چمچ

سفید مرچ : 1/4 چائے کا چمچ

نمک : حسب ذائقہ

تیل : حسب ضرورت

پس : چار جوے

پریزنٹیشن

چائیز بیف کو پلیٹ میں ڈال کر کھیرے کے باریک قتلوں، پودینے کے چند پتیوں اور کٹے ہوئے نمٹار سے سجا کر پیش کریں۔

شیف ڈاکٹر ٹپ

اُبلے آلو اگر بد مزہ ہو جائیں تو اُبلے آلو پر تھوڑا سا نمک ڈال کر چوبلے پر چڑھا دیں اور ایک دو بار جلدی جلدی آگے پیچھے کریں۔ اس سے آلو میں جذب پانی خشک ہو جائے گا اور آلو بد مزہ بھی نہیں رہے گا۔

کھٹ میٹھ کوفتے



اجزاء

- قیمہ : 250 گرام
- لہسن : 4 جوے
- شملہ مرچ : 1 عدد
- پیاز : 1 عدد
- ہرا پیاز : 1 عدد
- نمائر : 1 عدد
- انناس : 2 سلاکس
- ٹماٹو کچھ آپ : 1/2 کپ
- دوسر ساس : 2 کھانے کے چمچ
- اٹی پی ساس : 1 کھانے کا چمچ
- کارن فلار : 2 کھانے کے چمچ
- کالی مرچ : 1/4 چائے کے چمچ
- سفید مرچ : 1/4 چائے کے چمچ
- تمک : حسب ذائقہ
- اندا : 1 عدد

ترکیب

- 1- ایک پیالے میں قیمہ لیں اس میں سفید مرچ، کالی مرچ، تمک، لہسن، اندا، کارن فلار ڈال کر مکس کر کے بائرنہ کر فرانی کر لیں۔
- 2- تمام ہریاں چوکورنگڑوں میں کات لیں۔
- 3- چین میں تیل ڈال کر ہری پیاز، پیاز، لہسن، شملہ مرچ، پائن اپیل، کالی مرچ، سفید مرچ، تمک، دوسر ساس اور اٹی پی ساس ڈال کر ساس بنالیں۔
- 4- کارن فلار پانی میں مکس کر کے اس میں ملا دیں اور ٹماٹو کچھ آپ بھی ملا دیں۔ اور تھوڑا پکا لیں۔
- 5- پیٹ بائرنہ کو ساس میں ڈال دیں اور پلیٹ میں نکال کر کچھ سے سے سجا کر پیش کریں۔

پیریزنٹیشن

کوٹوں اور ساس کو پلیٹ میں نکال کر چند پتے ہرے دھنیے، کھیرے اور اورنگ کے قلموں سے سجا کر پیش کریں۔

شیف ڈاکٹر ٹپ

اگر فرنیچ میں ایک عدد پیاز رکھ دیا جائے تو فرنیچ سے پھلوں کی بوئیں آتی ہے۔



کوفتہ کری

سولہویں صدی میں کوفتوں کی نئی نئی قسمیں بنائی گئیں۔ ان دنوں سڑکوں پر مسافروں کے آرام کے لیے سرائے ہوتی تھیں۔ جہاں مسافر آرام کرتے، کھانا کھاتے اور پھر سفر پر روانہ ہو جاتے۔ دہلی سے پشاور جانے والے راستے (موجودہ ٹرنک روڈ) پر دریائے جہلم کے قریب واقع ایک سرائے میں کوفتہ کری تیار کی جاتی تھی جو مسافروں کو بہت پسند تھی۔ لہذا ہر مسافر کی کوشش ہوتی کہ گزرتے ہوئے اسے ضرور کھائے۔

ترکیب

- 1- چارپٹین میں قیمہ، پیاز، ہری مرچ، دھنیا ایک کھانے کا چمچ خشکاش، بھنے ہوئے پننے کا پیسٹ شامل کر کے اچھی طرح پیس لیں۔
- 2- اس قیمے کے چھوٹے چھوٹے کوفتے بنالیں۔
- 3- ایک پن میں تیل ڈالیں اور پیاز کو باریک کاٹ کر براؤن کر لیں۔
- 4- پھر اس میں ادورک لہسن کا پیسٹ اور نمائز شامل کر دیں۔
- 5- 3 سے 4 منٹ تک اس کو بھونیں۔ پھر اس میں سارا خشک مصالحہ شامل کر لیں۔
- 6- ایک سے دو منٹ بھوننے کے بعد اس میں دہی شامل کر دیں۔
- 7- پھر ایک دو منٹ بھونیں تاکہ مصالحہ اور دہی یک جان ہو جائیں تین کپ پانی شامل کر دیں، تھوڑا پلنے دیں۔
- 8- آخر میں کوفتے شامل کر کے ان کے گل جانے تک دھیمی میں ڈھکن دے دیں اور پھر چوبلیا تیز کر کے کچی اوپر آنے تک پکائیں۔
- 9- آخر میں گرم مصالحہ اور ہرا دھنیا ڈال کر اتار لیں۔

پریزنٹیشن

ثابت ہری مرچ، کچی ہوئی ادورک اور ہرے دھینے سے سجا کر پیش کریں۔

شیف ڈاکٹر ٹپ

کھٹا دہی جب بھی کسی سالن میں استعمال کریں اس میں چنگی بھر چینی ڈال دیں سالن کا ذائقہ بڑھ جائے گا۔

اجزاء

- قیمہ : 300 گرام
دہی : 1/2 پاؤ
ادورک لہسن کا پیسٹ : 2 کھانے کے چمچ
پیاز : 4 عدد
نمائز : 2 عدد
ہری مرچ : 4 سے 5 عدد
دھنیا : حسب ضرورت
بھنے ہوئے پننے : 2 کھانے کے چمچ (پیس لیں)
خشکاش : 1 کھانے کا چمچ
دھنیا پاؤڈر : 1/2 چائے کا چمچ
گرم مصالحہ : 1/2 چائے کا چمچ
پس ہوئی ال مرچ : 1 کھانے کا چمچ
بلدی : 1/2 چائے کا چمچ
نمک : حسب ذائقہ
تیل : 1/4 کپ

آلوقیمے کے کباب

آلوقیمے کے کباب خالصتاً پاکستانی دُش ہے۔ پاکستان کے کک گوشت اور ہنریوں سے جہاں بے شمار لذت سے بھرپور کھانے تیار کرتے ہیں، وہاں باری کیوز بھی نئے انداز سے تیار کرتے ہیں تاکہ دُسترخواں لذت اور صحت سے بھرپور ہو۔



ترکیب

- 1- بچن میں تیل، اورک، لہسن، قیمہ، دھنیا، پودینہ، ہری مرچ، نمک کٹی ہوئی لال مرچ، زیرہ، انار دانہ ڈال کر بھون لیں۔
- 2- آلو اُبال لیں۔ اس میں دھنیا، پودینہ، ہری مرچ، نمک کٹی لال مرچ، زیرہ اور انار دانہ ڈال کر کس کر لیں۔
- 3- تیار کیا ہوا قیمہ آلو کے ساتھ ملا لیں اور کس کر کے کباب بنالیں۔
- 4- گرم تیل میں تل کر گرم پش کریں۔

اجزاء

- آلو : 2 عدد
 قیمہ : 1/2 پاؤ
 اورک : 1 ٹکڑا (درمیانہ سائز)
 لہسن : 2 سے 3 جوے
 نمک : حسب ذائقہ
 تیل : فرائی کے لیے
 انار دانہ : تھوڑا سا
 کٹی ہوئی لال مرچ : 1/2 چائے کا چمچ
 ہرا دھنیا، پودینہ : حسب ضرورت
 ہری مرچ : 2 سے 3 عدد

پریزنٹیشن

ایک پلیٹ میں سلاؤ کے پتے رکھ کر اس پر کباب ترتیب سے رکھ دیں اور کٹے ہوئے لیموں اور نمٹار سے سجا کر پیش کریں۔

شیف ڈاکٹر ٹپ

جب کباب بنا رہے ہوں تو ہاتھ گیلے کر لیں۔ اس سے قیمہ آپ کے ہاتھوں کو چٹے گا نہیں اور کباب صفائی اور جلدی سے بن جائیں گے۔



بکرے کی چانپ ٹماٹو سالسہ کے ساتھ

یونانی طرز کی ڈش جو سکندر اعظم کے دور میں یونان میں دعوتوں اور پارٹیوں پر بنائی جاتی تھی۔ چانپیں ہر ملک میں اپنے ذائقے اور مصالحات کے ساتھ تیار کی جاتی ہیں یہ چانپیں سالسہ اور گرین چلی ساس کے ساتھ بہت منفرد اور مزے دار ہیں۔

ترکیب

- 1- ایک پیڑ میں 3 کھانے کے چمچ تیل ڈالیں اور 3 لہسن کے جوے باریک کاٹ کر شامل کر دیں۔
- 2- ایک سے دو منٹ تک پکائیں۔
- 3- اس کے بعد اس میں آدھا کلو چانپیں شامل کر دیں۔
- 4- چانپوں کو اتنا بھونیں کہ چانپوں کا رنگ ہلکا براؤن ہو جائے۔ اس میں ایک کپ دہی، 3 کھانے کے چمچ دوسر ساس، ایک عدد لیموں کا جوس شامل کر دیں اور اس میں کئی ہوئی کالی مرچ اور پسی ہوئی کالی مرچ، نمک اور ثابت لال مرچ شامل کر لیں۔
- 5- چولھے کو ہلکا کر لیں اور پیڑ کو ڈھک دیں۔
- 6- 10 سے 15 منٹ دم دیں۔ چانپوں کو چیک کر لیں۔ گل جانے کی صورت میں ان کو بھون لیں تاکہ ان کا پانی خشک ہو جائے۔
- 7- گوشت نہ گھنے کی صورت میں ایک کپ پانی مزید شامل کر دیں اور پھر دم دیں۔
- 8- پیاز، نمٹار، کھیرا، لیموں کا رس، لہسن، ہری مرچ، دھنیا اور پارسلے باریک کاٹ کر ایک بال میں ملائیں اور سالسہ تیار کر لیں۔

پریزنٹیشن

ہرست دھنیے اور گٹی ہوئی اورک کے ساتھ سجا کر ٹماٹو سالسہ اور گرین چلی ساس کے ساتھ پیش کریں۔

شیف ڈاکٹر ٹپ

آپ چانپوں کو پہلے سے ہلکا سا بال کر بھی استعمال کر سکتے ہیں۔

اجزاء

- چانپیں : 1/2 کلو
دہی : 1 کپ
دوسر ساس : 3 چمچ
لیموں : 1 عدد
کئی ہوئی کالی مرچ : 1 چمچ
کالی مرچ پاؤڈر : 1/2 چمچ
نمک : حسب ذائقہ
ثابت لال مرچ : 4 عدد
لہسن : 3 جوے
تیل : 3 چمچ
ٹماٹو سالسہ
نمٹار : 2 عدد
ہری مرچ : 6 عدد
پیاز : 1 عدد (چوپ کی ہوئی)
پارسلے : 2 چمچ
تازہ دھنیا : تھوڑا سا
کھیرا : 1 عدد
لیموں : 1 عدد
لہسن : 1 جوا

مٹن وائٹ کڑاہی

مٹن وائٹ کڑاہی شیف ڈاکر کی اپنی تیار کردہ ترکیب ہے۔ روایتی کڑاہی کو نئی جدت اور لذت کے ساتھ پیش کیا گیا ہے۔ شیف ڈاکر اپنے کھانے پکانے کے خاص طریقوں کی وجہ سے پوری دنیا میں مشہور ہیں۔



ترکیب

- 1- ایک پین میں تیل کے ساتھ ادراک، لہسن شامل کر دیں۔
- 2- دو سے تین مٹ پکانے کے بعد اس میں پیاز شامل کر دیں۔
- 3- تین سے چار مٹ تک پکانے کے بعد اس میں مٹن شامل کر دیں۔ پیاز لال نہ ہو۔
- 4- پھر اتنا بھونیں کہ مٹن براؤن رنگ کا ہو جائے۔
- 5- اس کے بعد اس میں ہر مصالحہ شامل کر دیں۔
- 6- اس پین کو ڈھک کر ہلکی آگ پر مٹن کو پکائیں۔
- 7- پھر 2 گلاس پانی شامل کر دیں۔
- 8- تقریباً آدھے گھنٹے بعد مٹن کو چیک کر لیں۔ پھر اس میں باقی مصالحے اور وہی ڈال کر بھون لیں۔ جیسے ہی تیل نظر آنے لگے تو آپ کی مٹن وائٹ کڑاہی تیار ہے۔

پریزنٹیشن

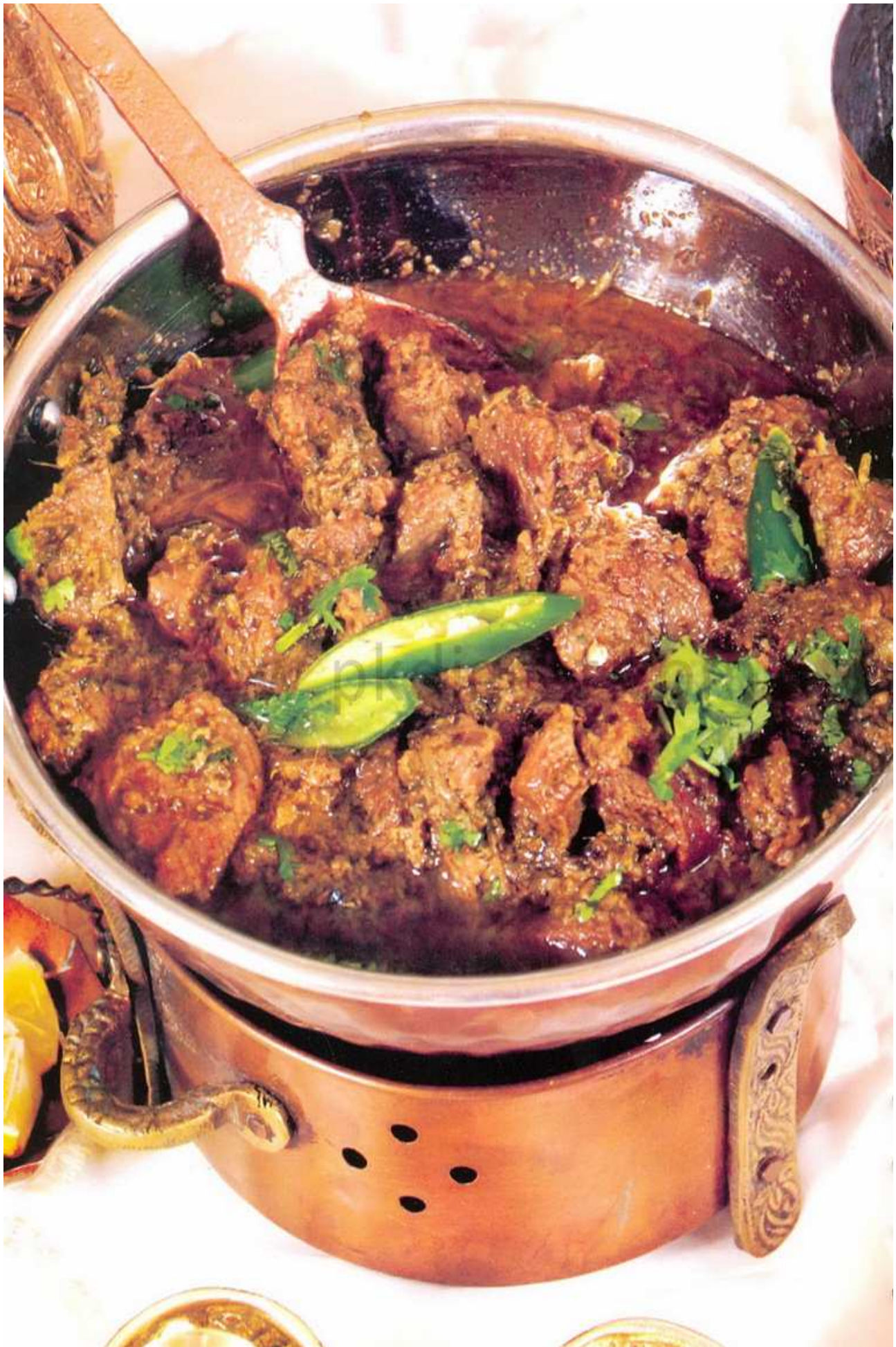
ایک پلیٹ میں تازہ ہرا دھنیہ، ہر مرچ، کٹی ہوئی ادراک سے سجا کر پیش کریں۔

شیف ڈاکر ٹپ

وائٹ مٹن کڑاہی بنانے کے لئے انڈرکٹ مٹن استعمال کریں۔

اجزاء

- مٹن : 1/2 کلو
- دہی : 1 پاؤ
- پیاز : 1 عدد
- ادراک لہسن کا پیسٹ : 2 کھانے کے چمچ
- ادراک : 1 درمیانہ ٹکڑا
- تازہ دھنیہ : 1/2 گڈی
- ہری مرچ : 4 سے 5 عدد
- گٹا ہوا دھنیا : 1 کھانے کا چمچ
- گٹا ہوا زیرہ : 1 کھانے کا چمچ
- کالی مرچ : حسب ضرورت
- نمک : حسب ذائقہ
- تیل : 1/2 کپ



کوفتہ پاستا کے ساتھ / پاستا کو فٹہ



اجزاء

- باریک قیمہ : 150 گرام
- ادرک لہسن کا پیسٹ : 2 چائے کے چمچ
- پاستا : 1/2 پیکٹ
- ٹماٹر کا پیسٹ : 4 کھانے کے چمچ
- ووٹر ساس : 2 کھانے کے چمچ
- پیاز : 1 عدد درمیانی
- پارسلے : 1/2 گڈی
- ٹماٹر : 2 عدد
- اوریکا نو : 1/2 چائے کا چمچ
- روزمیری : 1/2 چائے کا چمچ
- موزر یا چیز : 1 پیکٹ
- نمک : حسب ضرورت
- کالی مرچ : حسب ضرورت
- سفید مرچ : حسب ضرورت
- تیل : حسب ضرورت

ترکیب

- 1- پاستا کو ابال لیں۔
- 2- ایک پیالے میں قیمہ، نمک، کالی مرچ، سفید مرچ، روزمیری، اوریکا نو، ادرک اور لہسن کا پیسٹ ڈال کر کس کر لیں۔ اس کے بعد ان کے چھوٹے چھوٹے بالز بنا کر اسے زیادہ تیل میں تھل لیں۔
- 3- گرم تیل میں ادرک لہسن کا پیسٹ ڈال کر saute کر لیں۔
- 4- ٹماٹر کا پیسٹ، پیاز، پارسلے اور ٹماٹر ڈال کر اس کو دو سے تین منٹ تک پکائیں۔ اس کے بعد اس میں میٹ بالز شامل کر دیں اور اسی کے ساتھ ابلایا ہوا پاستا بھیجیں۔
- 5- نمک، کالی مرچ، سفید مرچ، اوریکا نو، اور ووٹر ساس ڈال کر تھوڑی دیر پکالیں۔
- 6- کش کی ہوئی موزر یا چیز ڈال کر سبزیوں کے ساتھ پیش کریں۔

شیف ڈا کر ٹپ

ٹماٹر زیادہ دنوں تک تازہ رکھنے کے لئے ان کے سروں پر پگھلی ہوئی موم لگا دیں۔ اور ٹھنڈی جگہ بغیر فریج کے رکھ دیں یہ کافی دن خراب نہیں ہوں گے۔



دال گوشت

دال گوشت کے بارے میں کہا جاتا ہے کہ بہادر شاہ ظفر کے دور میں خزانہ بالکل خالی ہو گیا۔ باورچی نے رات کے کھانے میں دال اور گوشت پکایا۔ بادشاہ کو بہت پسند آیا۔ شاہی محل سے یہ کھانا نکل کر اتنا عام ہوا کہ اکثر سرائیوں پر پکایا جانے لگا۔

ترکیب

- 1- ایک برتن میں 3 جوے لہسن اور ادراک کا ایک درمیانہ ٹکڑا، 1/4 کپ تیل میں شامل کر دیں۔
- 2- تین سے چار منٹ پکانے کے بعد اس میں پیاز اور 300 گرام انڈرکٹ شامل کر دیں۔ 8 سے 10 منٹ تک پکائیں۔
- 3- جب گوشت کا پانی خشک ہو جائے اس میں موگ مسور کی دال بیگی ہوئی شامل کریں اور اس میں تمام ہزیاں اور تمام مصالحے شامل کریں اور آدھا جگ پانی شامل کریں۔
- 4- اس کو بلی آگ پر پکے کے لیے چھوڑ دیں۔
- 5- 20 سے 25 منٹ بعد دال کو چپک کر لیں۔ دال گل جانے کی صورت میں اس کو 10 منٹ تک تیز آگ پر بجھوئیں۔
- 6- مزید اردال گوشت تیار ہے۔

پریزنٹیشن

پلیٹ میں نکال کر ہرے دھینے، کٹی ہوئی ادراک سے سجا کر روٹی یا نان کے ساتھ پیش کریں۔

شیف ڈاکٹر پ

گھر کی بنائی ہوئی پیڑ کو دبا کر پانی نکال لیں اور اس میں تھوڑی گاڑھی کریم ڈال کر پھینٹ لیں اب اس میں نمک اور پیلا رنگ ڈال کر ”کریم چیز“ کے طور پر اسے استعمال کر سکتے ہیں۔

اجزاء

- گوشت : 300 گرام (انڈرکٹ)
 موگ مسور کی دال : 150 گرام
 لہسن : 3 جوے
 نمائز : 1 عدد
 پیاز : 1 عدد
 ادراک : 1 درمیانہ ٹکڑا
 ثابت لال مرچ : 5 سے 6 عدد
 ہلدی : 1/2 چائے کا چمچ
 پس ہوئی لال مرچ : 1/2 چائے کا چمچ
 گرم مصالحہ : 1/4 چائے کا چمچ
 ثابت زیرہ : 1/2 چائے کا چمچ
 سوکھی میتھی : تھوڑی سی
 ہر ادھیا : حسب ضرورت
 نمک : حسب ذائقہ
 تیل : حسب ضرورت

برین مصالحہ



ترکیب

- 1- سب سے پہلے گائے کے مغز کو ہلدی کے پانی میں اُبال لیں۔ ایک مغز میں ایک کھانے کا چمچ ہلدی اور آدھا چمچ پانی ڈالیں اور تقریباً بیس سے پچیس منٹ تک اُبالیں۔
- 2- مغز گل جائے تو اس کو چھوٹے چھوٹے ٹکڑوں میں کاٹ لیں۔ رگیں وغیرہ صاف کر لیں۔
- 3- اس کے بعد پین میں 1/4 کپ تیل ڈال کر اس میں پیاز باریک کاٹ کر شامل کر دیں۔
- 4- پیاز لال ہونے کے بعد اس میں اورک، لہسن کا پیسٹ شامل کر دیں۔
- 5- اس میں باقی مصالحے اور ایک کپ پانی ڈال کر شامل کر دیں۔ 4 سے 5 منٹ تک پکائیں۔
- 6- پھر اس میں اُبلّا ہوا اور صاف کیا ہوا مغز شامل کر دیں۔
- 7- پتیلی کو ڈھک کر دم پر چھوڑ دیں۔ 5 سے 6 منٹ بعد اس کو ہلکا سا بھون لیں۔

پریزنٹیشن

دھنیا اور ادراک کے باریک کئے ہوئے تیلے ساتھ رکھیں۔

شیف ڈاکٹر ٹپ

مغز کو اُبالنے سے پانی میں ہلدی کے ساتھ تھوڑا لہسن اورک کا پیسٹ بھی ڈال دیں۔ تو مغز کی بو ختم ہو جائے گی۔

اجزاء

- برین : 1 عدد
 ٹماٹر : 2 عدد
 پیاز : 1 عدد
 بری مرچ : 4 سے 5 عدد
 اورک لہسن کا پیسٹ : 1 کھانے کا چمچ
 دھنیا : حسب ضرورت
 گرم مصالحہ : 1/2 چائے کا چمچ
 ہلدی : 1/2 چائے کا چمچ
 کئی ہوئی لال مرچ : 1 چائے کا چمچ
 نمک : حسب ذائقہ
 تیل : 1/4 کپ



تواکلیجی

عرب کے لوگ گوشت کو خاص انداز سے لوہے کے برے سے توے پر رکھ کر بھونا کرتے تھے۔ موجودہ عراق کے عربی اونٹ اور بکرے کی کچلی کو توے پر بھونتے اور مصالحہ لگا کر کھاتے۔ وہاں سے یہ ڈش ہندوستان پہنچی تو یہاں کے روایتی مصالحوں سے پکائی جانے لگی جس سے اس کی لذت اور ذائقے میں اضافہ ہوا۔

ترکیب

- 1- مٹن کچلی کو چھوٹے ٹکڑوں میں کاٹ لیں۔
- 2- ایک پیٹن میں تیل اور ادراک لہسن شامل کر دیں اور دو تین منٹ پکانے کے بعد اس میں کچلی شامل کر دیں۔
- 3- اب کچلی کو بھونیں یہاں تک کہ یہ براؤن ہو جائے۔
- 4- پھر ٹماٹر، دھنیا اور باقی سارا مصالحہ اس میں شامل کریں۔
- 5- 2 کپ پانی شامل کر دیں پھر پیٹن کو ڈھک کر دم پر رکھ دیں۔
- 6- پندرہ منٹ بعد ڈھکنا ہٹا کر چوٹھے کی لوتیز کر کے بھون لیں۔ جیسے ہی آپ کو تیل نظر آنے لگے تو کچلی تیار ہے۔

پریزنٹیشن

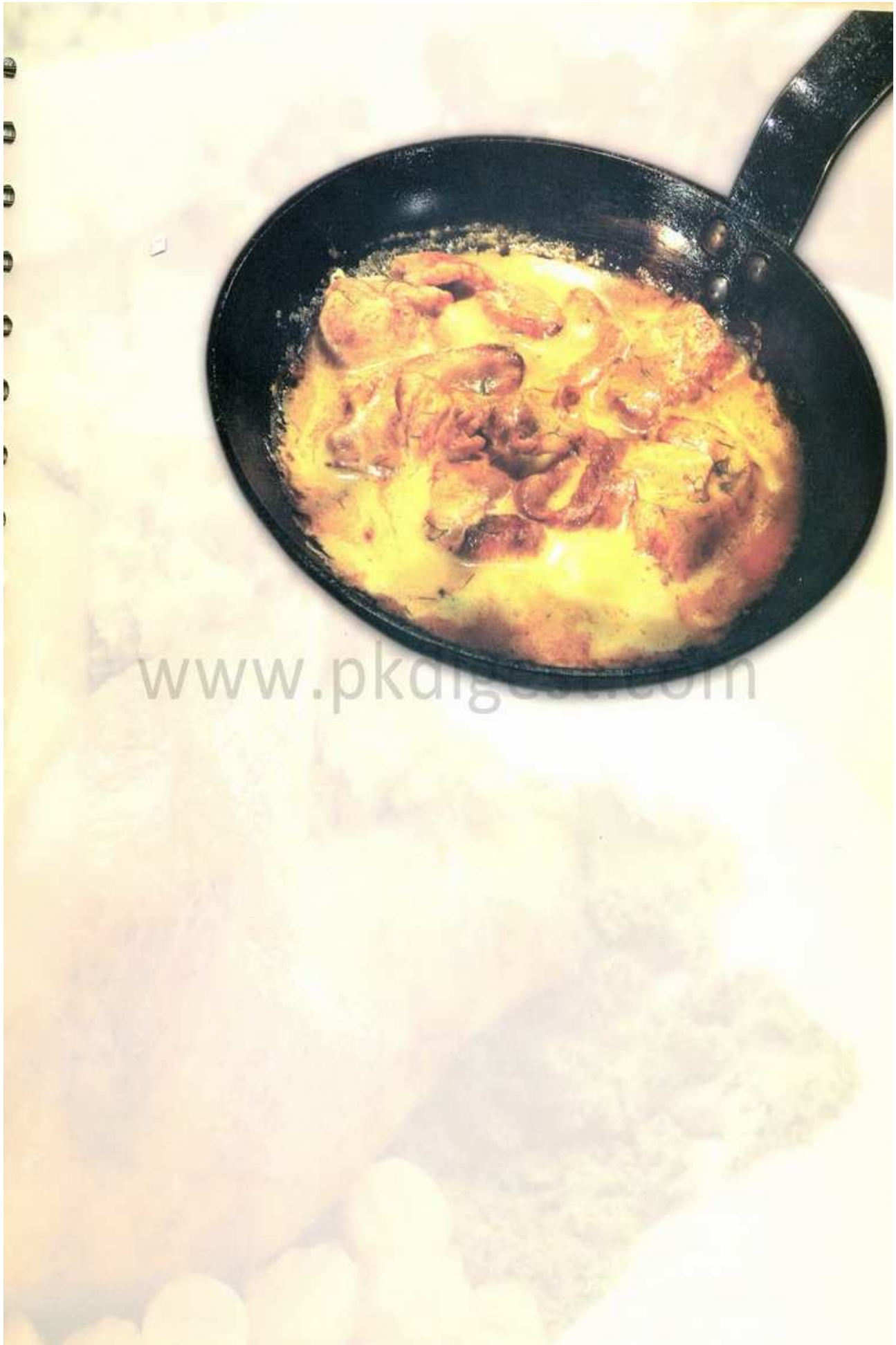
پلیٹ میں نکال کر ہرے دھینے، کٹی ہوئی ادراک اور ٹماٹر سے سجا کر پیش کریں۔

شیف ڈا کرپ

کچلی کو پندرہ منٹ میں منٹ کے لیے نمک لگا کر رکھ دیں تاکہ اس کی بو ختم ہو جائے۔

اجزاء

- مٹن کچلی : 1/2 کلو
- ادراک لہسن کا پیسٹ : 2 کھانے کے چمچ
- ٹماٹر : 2 عدد
- ہرا دھنیا : 1/2 گڈی
- لال مرچ پاؤڈر : 1 کھانے کا چمچ
- ہلدی : 1/2 چائے کا چمچ
- زیرہ : 1 چائے کا چمچ
- دھنیا پاؤڈر : 1 چائے کا چمچ
- کھٹائی پاؤڈر : 1/2 چائے کا چمچ
- جائفل جاوڑی پاؤڈر : 1 چمچی
- نمک : حسب ذائقہ
- تیل : حسب ضرورت



www.pkdesign.com



www.pkdigest.com

چکن

چکن بادامی قورمہ

چکن بادامی قورمہ مغلیہ دور کا کھانا ہے۔ بابر نے جب ہندوستان پر قبضہ کیا اور مغلیہ حکومت کی بنیاد رکھی۔ تو شاہی دعوت میں چکن سے قورمہ تیار کیا گیا۔ جسے مہمانوں نے بہت پسند کیا۔



ترکیب

- 1- بین میں تیل ڈال کر گرم کر لیں اور پیاز براؤن کر کے نکال لیں۔
- 2- پھر اد رک، لہسن ڈال کر بھون لیں اور چکن ڈال کر نرم کر لیں۔
- 3- اس میں وہی، پسلی، ہوئی لال مرچ، دھنیا پاؤڈر، لونگ، کالی مرچ، چھوٹی الائچی بڑی الائچی، دارچینی اور نمک ڈال کر پکائیں۔
- 4- چکن گل جائے تو براؤن پیاز کو چورا کر کے ڈال دیں، کیوڑہ بھی ڈال دیں۔
- 5- سبز الائچی، جائفل، جاوتری اور کالی الائچی چاروں چیزوں کو ملا کر پس لیں اور یہ تیار گرم مصالحہ ہاف ٹی سپون شامل کر لیں۔
- 6- آٹے ہوئے بادام بیس کر چکن پک جانے پر ڈال دیں اور دو منٹ دم پر رکھ دیں

اجزاء

- مرچی : 500 گرام
 وہی : 250 گرام
 پیاز : 500 گرام
 کیوڑہ : چند قطرے
 ثابت گرم مصالحہ : حسب ضرورت
 پسلی، ہوئی لال مرچ : 2 کھانے کے چمچ
 پسا ہوا گرم مصالحہ : 1 کھانے کا چمچ
 جائفل، جاوتری : 20 گرام
 نمک : حسب ذائقہ
 تیل : 1 کپ
 دھنیا پاؤڈر : 1 کھانے کا چمچ
 اد رک، لہسن کا پیسٹ : 2 چمچ

پریزنٹیشن

پلیٹ میں ڈال کر ہرے دھنیے اور کئی ہوئی اد رک سے سجا کر پیش کریں۔

شیف ڈاکریٹ

اگر گوشت کی بانڈی جل جائے تو اوپر کا گوشت اور مسالا نکال لیں پھر دہی صاف کر کے اس میں تھوڑا سا دودھ ڈال کر پھر پکالیں۔ پانی نہ ڈالیں ورنہ جلنے کی بوجھ صاف لے میں پھیل جائے گی۔

چکن روسٹ

چائیز کھانے جہاں کم مصالحوں کی وجہ سے مشہور ہیں وہاں ان کے روسٹڈ اور پائسی کھانے بھی مقبول ہیں۔ چنگ دور حکومت میں بیجنگ کے ایک سرے میں انگ نامی ایک شخص نے نئے انداز سے چکن کورسٹ کیا۔ یہ روسٹڈ چکن اتنا مشہور ہوا کہ گھر بھر لکھانا بن گیا۔ یہ کھانا عموماً دعوتوں پر پیش کیا جاتا۔



ترکیب

- 1- دوسرے ساس، ادراک، لہسن، لیموں کا جوس، دارچینی پاؤڈر، کالی مرچ، سفید مرچ اور نمک ایک پیالے میں ڈال کر آمیزہ تیار کر لیں۔
- 2- یہ آمیزہ چکن پر اچھی طرح سے اندر اور باہر ہاتھ سے مل دیں
- 3- اس کے بعد ہر ایپاز، عام پیاز، ادراک (ایک درمیانی ٹکڑا) اور لہسن کے چار جوے یہ سب باریک کر کے چکن کے اندر بھر دیں۔
- 4- اس کے بعد تھوڑا تیل چکن پر مل دیں اور اس چکن کو سلور فائل میں لپونکر اوون میں رکھ دیں اور اُون کا درجہ حرارت 180° ہونا چاہیے۔
- 5- 40-45 منٹ کے بعد آپ کا چکن روسٹ تیار ہے۔
- 6- یہ چکن چائیز سٹائل کی مقبول ترین چکن ہے۔

اجزاء

- چکن : 1 عدد (کھال والی)
 دوسرے ساس : 4 کھانے کے چمچ
 ادراک لہسن کا پیسٹ : 2 کھانے کے چمچ
 لیموں : 2 عدد
 پیاز : 1 عدد
 ہر ایپاز : 1 عدد (پتے کاٹ لیں)
 ادراک : 1 ٹکڑا (درمیانی سائز)
 لہسن : 3 سے 4 جوے
 دارچینی پاؤڈر : $1/2$ چائے کا چمچ
 کالی مرچ : $1/4$ چائے کا چمچ
 سفید مرچ : $1/4$ چائے کا چمچ
 نمک : حسب ذائقہ
 تیل : حسب ضرورت

پریزنٹیشن

سلاد کے پتوں پر کٹے ہوئے لیموں، کھیرے اور ٹماٹر سے سجا کر رائے یا چلی ساس کے ساتھ پیش کریں۔

شیف ڈاکٹر ٹپ

آ میزہ لگانے سے پہلے چکن کو آدھا گھنٹہ فریج میں رکھ دیں تو جلد ہی پک جائے گی۔

ہاٹ ونگز



ترکیب

- 1- انڈا پھینٹ لیں۔
- 2- پیالے میں چکن ونگز، لہسن، انڈا نمک، کالی مرچ اور کئی ہوئی لال مرچ شامل کر کے اچھی طرح مکس کر لیں۔
- 3- اس میں کارن فلار، میدہ اور دوسٹر ساس بھی شامل کر لیں۔
- 4- کڑا ہی میں تیل ڈال کر گرم کر لیں۔
- 5- گرم کیے ہوئے تیل میں ونگز ڈال کر تیل لیں۔

اجزاء

- چکن : 500 گرام
 لہسن : 2 جوے
 کارن فلار : 4 چمچ
 میدہ : 2 چمچ
 انڈا : 1 عدد
 دوسٹر ساس : 2 کھانے کے چمچ
 نمک : حسب ذائقہ
 کالی مرچ : حسب ضرورت
 سفید مرچ : حسب ضرورت
 کئی ہوئی لال مرچ : حسب ضرورت

پریزنٹیشن

کھیرے اور سلاڈ کے پتوں سے سجا کر چٹنی کے ساتھ پیش کریں۔

شیف ڈاکٹر ٹپ

اگر آپ کے پاس کوئی برتن نہ ہو اور آپ نے انڈے کو پھینٹنا ہو تو انڈے کو پکڑ کر اچھی طرح زور زور سے ہلاکیں انڈا خود بخود دہنی کس ہو جائے گا اور آپ توڑیں گے تو وہ آپ کو پھینٹنا ہوا ملے گا۔



چکن فنگرز

1996ء امریکہ کے صنعتی شہر بین روگ، لاوریانیہ میں ریڈنگ کینز چکن فنگرز کے نام سے ایک ریسٹورنٹ قائم ہوا۔ چکن فنگرز اس کی خصوصی پراڈکٹ تھی۔ یہ چکن فنگرز اسے مشہور ہوئے کہ 2006ء تک اس کی سالانہ آمدنی 77 ملین ڈالر تھی۔

ترکیب

- 1- (بون لیس) چکن کو فنگرز کی صورت میں کاٹ لیں۔
- 2- ایک پیالے میں بسن باریک کاٹ کر، انڈا، میدہ اور کارن فلار تمام مصالحے ڈال کر آمیزہ تیار کر لیں۔
- 3- اگر آمیزہ گاڑھا ہو جائے تو اس میں 4 کھانے کے چمچ پانی شامل کر لیں۔
- 4- پھر چکن پر نمک اور کالی مرچ لگا کر خشک میدہ لگا لیں۔
- 5- پھر ایک ایک چکن کے پیرز کو انڈے کے آمیزے میں ڈبو کر فرائی کر لیں۔
- 6- آپ کی چکن فنگرز تیار ہے۔

اجزاء

- چکن فلی : 200 گرام
 بسن : 4 جوے
 انڈا : 1 عدد
 میدہ : 2 کھانے کے چمچ
 کارن فلار : 2 کھانے کے چمچ
 دارچینی پاؤڈر : 1/2 چائے کا چمچ
 کٹی ہوئی لال مرچ : 1 کھانے کا چمچ
 کالی مرچ : 1/4 چائے کا چمچ
 سفید مرچ : 1/4 چائے کا چمچ
 نمک : حسب ذائقہ
 تیل : فرائی کے لیے

پریزنٹیشن

سلاد کے پتوں پر نکال کر کھیرے، لیموں اور ٹماٹر سے سجا کر چلی ساس کے ساتھ پیش کریں۔

شیف ڈاکٹر ٹپ

مرچی کی بوساں سے دُور کرنا ہو تو اسے پکانے سے قبل پندرہ منٹ تک سرکہ ملے پانی میں بھگوئے رکھیں۔ مرچی کی بو دُور ہو جائے گی۔

چکن چرغہ

جنگ کے دوران فوجی اکثر اوقات گوشت کو آگ پر بھون کر کھاتے تھے یا کبھی فرصت کے لمحوں میں دیگ میں پکایا کرتے تھے اکبر بادشاہ کے سپاہی ایک مہم سے کامیاب لوٹ رہے تھے تو راستے میں ایک جگہ پڑاؤ کیا۔ ان کے باورچی نے مرغ کو بھاپ پر پکا کر کمانڈر کو پیش کیا۔ اس نے اتنا پسند کیا کہ گھر پہنچ کر اس نے باقاعدہ اس کو پکانے کا اہتمام کیا اور دعوت دی۔



ترکیب

- 1- پن میں تیل، پانی اور چکن ڈال کر ہلکا اُبال لیں۔
- 2- ہلکی آبی ہوئی مرغی پروبی، پس ہوئی لال مرچ، ہلدی گرم مصالحہ، نمک اور ک
- لہسن کا پیسٹ اور سرکہ اچھی طرح لگا لیں۔
- 3- مصالحہ لگی مرغی کو 15 منٹ تک اسٹیم میں پکا لیں۔
- 4- اسٹیر سے نکال کر گرم تیل میں مرغی فرائی کریں۔
- 5- براؤن ہو جانے پر چاٹ مصالحہ اور لیموں لگا کر پیش کریں۔

اجزاء

- چکن : 1 کلو
دہی : 1 پاؤ
ہلدی : 1 کھانے کا چمچ
گرم مصالحہ : 2 کھانے کے چمچ
اور ک لہسن کا پیسٹ : 2 کھانے کے چمچ
سرکہ : 1/4 کپ
پس ہوئی لال مرچ : 3 کھانے کے چمچ
نمک : حسب ذائقہ
تیل : حسب ضرورت

پریزنٹیشن

پلیٹ میں سلاڈ کے پتوں پر نکال کر، کھیرے، کٹے ہوئے لیموں اور ٹماٹر سے سجا کر پیش کریں۔

شیف ڈاکٹر ٹپ

چکن کو ہلکا سا اُبالنے سے پہلے اس پر کٹ لگا لیں۔

مصالحہ دار فرائڈ چکن

چکن کے کھانوں میں نت نئی جدت مغلیہ دور سے ہی چلی آرہی ہے۔ یورپین کی آمد کے ساتھ چکن سے نئے کھانے بننا شروع ہوئے اور فاسٹ فوڈ کا دور شروع ہوا۔ اسپانسی فرائڈ چکن بیسویں صدی میں ایک بین الاقوامی فاسٹ فوڈ ریستوران نے شروع کی جو پوری دنیا میں بہت مقبول ہوئی۔



ترکیب

- 1- گرم تیل میں اورک لہسن کا پیسٹ ڈال کر بھون لیں۔
- 2- چکن ڈال کر مزید بھون لیں۔
- 3- اس میں پسپی ہوئی لال مرچ، ہلدی، گرم مصالحہ اور نمک ڈال کر دھککن لگا دیں اور 3-4 منٹ پکائیں۔
- 4- اب اس میں زیرہ پاؤڈر ڈال کر دم پر رکھ دیں۔ 6 سے 8 منٹ دم پر رکھیں۔
- 5- چوٹھا بند کر کے چکن پلیٹ میں نکال لیں۔
- 6- اوپر سے بریڈ کریمز ڈال کر چھڑ سے اوپر نیچے کر لیں۔ تاکہ بریڈ کریمز اچھی طرح لگ جائے۔
- 7- انڈے پیالے میں توڑ کر پھیلت لیں۔
- 8- چکن کو انڈے میں ڈپ کر کے آئل میں ایک ایک کر کے ڈیپ فرائی کر لیں۔
- 9- ہلکے براؤن ہو جانے پر پلیٹ میں نکال لیں۔

اجزاء

- چکن : 500 گرام
 اورک لہسن کا پیسٹ : 1 کھانے کا چمچ
 انڈے : 4 عدد
 بریڈ کریمز : حسب ضرورت
 لال مرچ پاؤڈر : 1 کھانے کا چمچ
 ہلدی : 1 چائے کا چمچ
 زیرہ پاؤڈر : 1/2 چائے کا چمچ
 گرم مصالحہ پاؤڈر : 1/2 چائے کا چمچ
 نمک : حسب ذائقہ
 تیل : حسب ضرورت

پریزنٹیشن

اسپانسی فرائڈ چکن ایک پلیٹ میں رکھ کر چلی ساس کے ساتھ پیش کریں۔

شیف ڈاکٹر ٹپ

اگر مرغی تلنے سے قبل اسے پندرہ منٹ پہلے سرکہ اور مسالے لگا کر رکھ دیں تو یہ جلدی فرائی ہو جاتی ہے۔



گارلک چکن بالز

ترکیب

- 1- چکن کے چھوٹے چھوٹے پیس کر لیں۔
- 2- ایک پیالے میں چکن، ادراک لہسن کا پیسٹ، نمک، کالی مرچ، سفید مرچ اور انڈہ ڈال دیں۔
- 3- تمام اجزاء چوپر میں ڈال کر پیس لیں اور چھوٹی بانڑ بنالیں۔
- 4- تمام ہنریاں ٹکڑوں میں کاٹ لیں۔
- 5- تین میں تیل ڈال کر گرم کر لیں۔
- 6- تیل گرم ہو جانے پر لہسن اور ادراک کا پیسٹ ڈال کر بھون لیں۔
- 7- اب تمام کئی ہوئی ہنریاں ڈال دیں۔
- 8- چکن کے بانڑ بھی ڈال دیں۔
- 9- ٹماٹو کچھ اپ، دو سٹر ساس، چلی گارلک ساس، نمک، کالی مرچ، سفید مرچ اور سٹر ساس اور تھوڑا سا پانی شامل کر دیں۔
- 10- ساس گاڑھی کرنے کے لیے کارن فلوئڈ تھوڑے سے پانی میں گھول کر چین میں ڈال دیں اور پلیٹ میں نکال کر گرما گرم پیش کریں۔

شیف ڈاکٹر پ

انڈے بھی دھو کر زیادہ دنوں تک نہ رکھیں ایسا کرنے سے انڈے کی حفاظتی قدرتی تہ اتر جاتی ہے۔ جس سے وہ جلد خراب ہو جاتے ہیں۔

اجزاء

- چکن : 200 گرام
 انڈہ : 1 عدد
 لہسن اور ادراک کا پیسٹ : 1 کھانے کا چمچ
 شملہ مرچ : 1 عدد
 پیاز : 2 عدد
 گاجر : 1 عدد
 ٹماٹر : 1 عدد
 لہسن : 6 سے 7 عدد
 کارن فلوئڈ : 3 کھانے کے چمچ
 ٹماٹو کچھ اپ : 2 کھانے کے چمچ
 چلی گارلک ساس : 2 کھانے کے چمچ
 دو سٹر ساس : 2 کھانے کے چمچ
 اوپسٹر ساس : 1 کھانے کا چمچ
 کالی مرچ : $\frac{1}{4}$ چائے کا چمچ
 سفید مرچ : $\frac{1}{4}$ چائے کا چمچ
 نمک : حسب ذائقہ
 تیل : حسب ضرورت

سیچواں چکن

چائیز کھانے دنیا بھر میں اپنے منفرد انداز کی وجہ سے مشہور ہیں۔ چائنا کے سچے ان صوبے میں جو فوڈ تیار کیا جاتا ہے وہ اپنے طے چلے چٹ پے اور کھٹے میٹھے ذائقے کی وجہ سے بہت مقبول ہے۔ ان ڈشز میں سے چائیز ڈش "سچے ان چکن" اپنی لذت اور ذائقے کی بنا پر پوری دنیا میں مشہور ہے۔ اس کے علاوہ یہ اپنے سرچیلے ذائقے میں پاکستانی ڈشز سے بہت قریب ہے۔



ترکیب

- 1- چکن بریسٹ باریک کاٹ لیں۔
- 2- شملہ مرچ، گاجر، اورک، بند گوبھی اور سرخ مرچ باریک کاٹ لیں۔
- 3- پین میں تیل گرم کر کے اس میں لہسن باریک کاٹ کر شامل کر لیں۔ اب اس میں چکن ڈال کر دھیمی آنچ پر پکائیں۔
- 4- ثابت سرخ لال مرچ چکن میں شامل کر کے تھوڑی دیر پکائیں۔
- 5- اب چکن میں نمک، کالی مرچ، سفید مرچ، دو سٹر ساس، اوستر ساس اور چلی گارلک ساس ڈال دیں۔
- 6- آخر میں تمام سبزیاں چکن میں کس کر لیں اور 10 منٹ پکائیں اور گرم چائیز کر لیں۔

اجزاء

- چکن بریسٹ : 300 گرام
 شملہ مرچ : 2 عدد
 گاجر : 1 عدد
 بند گوبھی : 1/4 گوبھی
 اورک : 1 چائے کا چمچ
 لہسن : 1 چائے کا چمچ
 ہری پیاز : 1 عدد
 ہری مرچ : 4 عدد
 ثابت لال مرچ : 8-10 عدد

سبز ننگ

- نمک : حسب ذائقہ
 وائٹ پیپر (سفید مرچ) : 1/4 چائے کا چمچ
 بلیک پیپر (کالی مرچ) : 1/4 چائے کا چمچ
 اوستر ساس : 2 کھانے کے چمچ
 دو سٹر ساس : 2 کھانے کے چمچ
 چلی گارلک ساس : 2 کھانے کے چمچ

پریزنٹیشن

چکن ایک ڈش میں ڈال کر سبز مرچ، ٹماٹر اور برے دھنیے سے سجا کر پیش کریں۔

شیف ڈاکٹر پ

چکن کے ٹکڑوں کو مصالحہ لگا کر آدھے گھنٹے کے لیے فریج میں رکھ کر میری نیٹ کر لیں۔

چکن ودپیٹا بریڈ

یورپین ڈش جو اپنے خاص انداز اور لذت کی وجہ سے مشہور ہے۔ سوہویں صدی میں آسٹریلیا میں ایک بریڈ تیار کی جاتی تھی جسے پیٹا (pita) بریڈ کہتے تھے۔ بعد میں یہ ڈش پورے یورپ میں مشہور ہوئی اور پھر پوری دنیا میں۔



ترکیب

- 1- پین میں تیل ڈال کر گرم کر لیں اور پیٹا ڈال کر saute کر لیں۔
- 2- اب چکن، شملہ مرچ، ہرادیٹیا، پودینہ، نمک، زیرہ، کٹی ہوئی لال مرچ، پیسی ہوئی کھٹائی ڈال کر اتنا پکائیں کہ چکن گل جائے۔
- 3- پیٹا بریڈ گرم توے پر سینک لیں اور چارنگزوں میں کاٹ لیں۔
- 4- اب پیٹا بریڈ پر چکن اور تمام سبزیاں رکھ کر پیش کریں۔

اجزاء

- پیٹا : 1 عدد
 پیٹا بریڈ : 1 عدد
 شملہ مرچ : 1 عدد
 چکن : 1 پاؤ
 تیل : 3 کھانے کے چمچ
 ہرادیٹیا : تھوڑا سا
 پودینہ : تھوڑا سا
 نمک : حسب ذائقہ
 زیرہ : 1/2 چائے کا چمچ
 کٹی ہوئی لال مرچ : 1/2 چائے کا چمچ
 پیسی ہوئی کھٹائی : 1/2 چائے کا چمچ

پریزنٹیشن

پلیٹ میں سلاڈ کے چٹوں پر رکھ کر جنجر گارلک ساس کے ساتھ پیش کریں۔

شیف ڈاکٹر ٹپ

اگر فریزر میں جما ہوا کھانا تھوڑی مقدار میں استعمال کرنا ہو تو سارے کھانے کو گرم نہ کریں بلکہ ایک چھری گرم کر کے جتنا استعمال کرنا ہو اس سے اتنا نکال لیں۔ اس سے بقیہ کھانا خراب نہیں ہوگا۔

www.pkdigest.com



انڈونیشین کباب

عرب اسلام سے قبل گوشت کے قہیے کے کباب بناتے، جب وہ تجارت کی غرض سے انڈونیشیا اور ملائیشیا آئے تو وہیں رہائش پذیر ہو گئے۔ آگ پر بیونے کی وجہ سے گوشت میں ایک خاص ذائقہ آ جاتا ہے۔ انڈونیشیائی لوگوں نے اسے بہت پسند کیا اور اپنے علاقائی اسٹائل میں اپنے کھانوں میں استعمال ہونے والے مصالحہ جات سے کباب بنائے جو انڈونیشین کباب کے نام سے مشہور ہوئے۔

ترکیب

- 1- چکن بریسٹ کے لمبے پارچے کاٹ لیں۔
- 2- ایک پیالے میں چکن، سفید مرچ، کالی مرچ، نمک و سٹرساں ڈال کر تھوڑی دیر کے لیے رکھ دیں۔
- 3- پھر کارن فلار، ہری مرچ، پودینہ اور اچھی پی سوس ڈال کر اچھی طرح مکس کر لیں
- 4- ایک انڈاپیمینٹ کر ڈال دیں۔
- 5- چکن کے میری نیٹ کیے ہوئے پارچوں میں بادام پستہ بھر کر رول کر لیں۔ درمیان میں ٹوتھ پک پر دیں تاکہ وہ گھل نہ جائے۔
- 6- انڈے میں ڈپ کر کے گرم تیل میں تلیں۔

پریزنٹیشن

پلیٹ میں سلاڈ کے پتوں پر رکھ ہری پیاز، ٹماٹر اور کھیرے سے سجا کر چٹنی کے ساتھ پیش کریں۔

شیف ڈاکٹر ٹپ

جب آپ کباب بنائیں تو انہیں ٹرے میں ذرا فاصلے پر رکھ کر جمالیں اور پھر ایک پلاسٹک بیک میں ڈال کر فریزر میں رکھ لیں۔ اس سے کباب جڑیں گے نہیں اور الگ الگ رہیں گے۔

اجزاء

- چکن بریسٹ : 2 عدد
- ادرک لہسن کا پیسٹ : 1 کھانے کا چمچ
- ہری مرچ : 4 عدد
- انڈے : 2 عدد
- پودینہ : حسب ضرورت
- کارن فلار : حسب ضرورت
- وسٹرساں : 2 کھانے کے چمچ
- اچھی پی ساس : 2 کھانے کے چمچ
- بادام : 20 گرام
- پستہ : 20 گرام
- کالی مرچ : حسب ضرورت
- سفید مرچ : حسب ضرورت
- نمک : حسب ذائقہ
- تیل : فراہمی کے لیے

تندوری چکن



ترکیب

- 1- ایک پیالے میں چکن لیگ پیسز، نمک، ہلدی، پتی ہوئی لال مرچ، زیرہ پاؤڈر، دہی، لیموں، اورک لہسن کا پیسٹ، تیل، اور گرم مصالحہ ڈال کر اتنا مکس کریں کہ مصالحہ پر اچھی طرح لگ جائے۔
- 2- اب مصالحہ لگے چکن اوون ٹرے میں رکھ لیں، آدھا کپ پانی بھی شامل کر لیں اور اوون میں رکھ کر بیک کر لیں۔
- 3- چکن گولڈن براؤن ہو جانے پر اوون سے نکال لیں اور تھوڑا اگر لڈ کر لیں تاکہ باری کی بو خوشبو بھی آجائے۔

اجزاء

- چکن : 500 گرام
 دہی : ½ پاؤ
 لیموں : 1 عدد
 لال مرچ پاؤڈر : 1 کھانے کا چمچ
 گرم مصالحہ پاؤڈر : 1 کھانے کا چمچ
 زیرہ پاؤڈر : 1 چائے کا چمچ
 اورک لہسن کا پیسٹ : 1 کھانے کا چمچ
 ہلدی : ½ چائے کا چمچ
 نمک : حسب ذائقہ
 تیل : حسب ضرورت

پریزنٹیشن

نمائز، کھیرے اور لیموں سے سجا کر چٹنی کے ساتھ پیش کریں۔

شیف ڈاکٹر ٹپ

اگر اوون کے اوپر داغ و بے باز لگ جائے تو ایک کپڑے کو ٹھنڈے پانی سے گیلا کر کے نیچوڑ لیں پھر اسے امونیا سے گیلا کریں اور اس کپڑے کو اوون کے اندر رکھ کر دروازہ بند کر دیں۔ رات بھر اسی طرح رکھنے کے بعد دوسرے دن داغ و بے صاف کر دیں۔

چکن وائٹ کری

چکن وائٹ کری ملائیشین ڈش ہے۔ جو عام طور پر شادیوں پر پیش کی جاتی ہے۔ شیف ذاکر نے اسے اپنا خاص ذائقہ دے کر مزید لذیذ اور مزیدار بنا دیا ہے۔



ترکیب

- 1- چکن کو چھوٹی بوٹی کے سائز میں کاٹ لیں۔ چکن بڑی کے ساتھ یا یون لیس دونوں طرح استعمال کیا جاسکتا ہے۔
- 2- ایک پین میں 1/2 کپ تیل لیں۔ اس میں اورک لہسن کا پیسٹ ڈالیں۔
- 3- جیسے ہی اورک لہسن کا پیسٹ پکنا شروع ہو جائے تو اس میں چکن شامل کر دیں۔
- 4- چکن کو اتنا بھونیں کہ اس کا رنگ براؤن ہو جائے۔
- 5- اس کے بعد علیحدہ پین میں آلو اور کٹنا ہوا پیاز اُبال لیں۔
- 6- جیسے ہی آلو، پیاز اُبل جائیں تو اس کا پیسٹ بنالیں۔
- 7- اس کے بعد بھنے ہوئے چکن میں وہی آلو اور پیاز کا پیسٹ اور ایک کپ پانی اس آمیزے میں شامل کریں۔
- 8- اب اس میں کئی ہوئی ہری مرچ، کالی مرچ، سفید مرچ اور نمک شامل کر کے اس کو چار سے چھ منٹ تک بھونیں آپ کی مزیدار چکن وائٹ کری تیار ہے۔

پریزنٹیشن

ہرے دھینے، ٹماہٹ ہری مرچ، کٹے ہوئے لیموں اور ٹماٹر سے سجا کر پیش کریں۔

شیف ذاکر ٹپ

اگر کریم تیلی ہو تو ہر ایک پاؤ کریم میں ایک چمچ سادہ جیلائن ملا لیں۔ کریم گاڑھی ہو جائے گی۔

اجزاء

- چکن : 300 گرام
- دہی : 150 گرام
- آلو : 1 عدد
- پیاز : 1 عدد
- ہری مرچ : 4 سے 5 عدد
- دھنیا : حسب ضرورت
- اورک لہسن کا پیسٹ : 2 کھانے کے چمچ
- کالی مرچ : حسب ضرورت
- سفید مرچ : حسب ضرورت
- نمک : حسب ذائقہ
- تیل : حسب ضرورت



لیمن چکن ساس

اجزاء

بون لیس چکن : 250 گرام

انڈہ : 1 عدد

لہسن : 3 جوے

میدہ : 2 کھانے کے چمچ

کارن فلار : 3 کھانے کے چمچ

دوسر ساس : 2 کھانے کے چمچ

نمک : حسب ذائقہ

کالی مرچ : حسب ضرورت

سفید مرچ : حسب ضرورت

ساس

لہسن : 2 جوے

لیمون کارس : 2 چمچ

دوسر ساس : 1 چمچ

ہری پیاز : 1 عدد

لیمون : 1 عدد

شہد : 1/2 کپ

کارن فلار : 2 چمچ

کالی مرچ : حسب ضرورت

سفید مرچ : حسب ضرورت

نمک : حسب ضرورت

ترکیب

1- ایک پیالے میں چکن، نمک، کالی مرچ، سفید مرچ، دوسر ساس، انڈا، لہسن

میدہ اور کارن فلار ڈال کر اچھی طرح مکس کر لیں اور تھوڑی دیر کے لیے رکھ دیں۔

2- کڑا ہی میں تیل ڈال کر گرم کر لیں۔ تیل گرم ہو جانے پر اس میں چکن ڈال کر تل لیں۔

3- ہاکا براؤن ہو جانے پر چکن کڑا ہی سے نکال لیں اور ٹکڑوں میں کاٹ لیں۔

4- ایک دوسرے پین میں تیل اور لہسن ڈال کر بھون لیں۔

5- ہاکا براؤن ہو جانے پر اس میں شہد شامل کر لیں، دوسر ساس اور لیمون کارس بھی شامل کر لیں۔

6- آخر میں نمک، کالی مرچ، سفید مرچ اور کارن فلار پانی میں گھول کر اچھی طرح مکس کر لیں اور تھوڑا پکانیں۔ لیمون کے ٹکڑے اور ہری پیاز شامل کر کے چکن پر ڈال دیں۔

پریزنٹیشن

ہری پیاز اور ہری مرچ اوپر چھڑک کر پیش کریں۔

شیف ڈاکٹر ٹپ

برف میں جمی ہوئی مرغی کی بوڈو در کر۔ نر کے لئے آپ اس پر لیمون کارس بھی لگا سکتے ہیں۔

مصالحہ فرائڈ چکن ونگز

برصغیر میں مسلمانوں کی آمد سے کھانے میں گوشت کا استعمال بڑھا اور اس سے طرح طرح کے کھانے بنائے گئے خاص طور پر چکن سے بنے کھانے تیار کئے گئے۔ مصالحہ فرائڈ چکن ونگز کی تاریخ ہندوستان میں خاندان غلاماں کے دور سے شروع ہوتی ہے۔



ترکیب

- 1- ادراک اور لہسن موناموٹا کاٹ لیں۔
- 2- ایک پیالے میں چکن ونگز، ادراک، لہسن، تمام مصالحے اور انڈا ڈال کر مکس کر لیں۔
- 3- کارن فلائرا اور میدہ بھی ڈال دیں اور خوب مکس کریں پھر گرم تیل میں ڈال کر تیل لیں۔

اجزاء

- چکن ونگز : آدھا کلو
ادراک : 1 چھوٹا کلو
لہسن : 2 سے 3 جوے
تمک : حسب ذائقہ
زیرہ : 1/2 چائے کا چمچ
کٹا ہوا دھنیا : 1/2 چائے کا چمچ
کٹی ہوئی لال مرچ : 1/2 چائے کا چمچ
چاٹ مصالحہ : 1/2 چائے کا چمچ
پسی ہوئی کھٹائی : 1/2 چائے کا چمچ
بلدی : 1/4 چائے کا چمچ
انڈہ : 1 عدد
کارن فلائرا : 2 چائے کے چمچ
میدہ : 2 چائے کے چمچ
ادراک، دھنیا، پودینہ : سجاوٹ کے لیے

پریزنٹیشن

ادراک، دھنیا اور پودینہ سے سجا کر پیش کریں۔

شیف ڈاکٹر ٹپ

انڈا فرائی کرتے وقت اگر تیل زیادہ گرم ہو تو بھی انڈا سطح سے چٹ جاتا ہے۔ اس لیے ٹھنڈے تیل میں انڈا ڈالیں۔

چکن کڑاہی



اجزاء

- چکن : 500 گرام
- ٹماٹر : 1 پاؤ
- ادرک : 2 کھانے کے چمچ
- ادرک لہسن کا پیسٹ : 2 کھانے کے چمچ
- ہری مرچ : 4 سے 5 عدد
- ہرا دھنیا : آدھی گڈی
- کننا ہوا سوکھا دھنیا : 1 چائے کا چمچ
- کننا ہوا زیرہ : 1 چائے کا چمچ
- کٹی ہوئی لال مرچ : 1 کھانے کا چمچ
- ہلدی : 1/2 چائے کا چمچ
- سوکھی میتھی : حسب ضرورت
- نمک : حسب ذائقہ
- تیل : 1/4 کپ

ترکیب

- 1- چکن کے چھوٹے ٹکڑے کر لیں۔
- 2- تین ٹماٹر کاٹ کر پیس لیں۔
- 3- کوارٹر کپ تیل میں ادرک لہسن کا پیسٹ، چکن، دھنیا، زیرہ، تین عدد ہری مرچ اور آدھا ہرا دھنیا کاٹ کر پین میں ڈالیں اور پسا ہوا ٹماٹر ملا کر پکائیں۔
- 4- اس میں نمک، کٹی لال مرچ، ہلدی پاؤ ڈال کر ڈھک کر 2-3 منٹ تک پکائیں پھر لیمن کر ڈھک دیں۔
- 5- اس کے بعد اس میں میتھی، ہرا دھنیا اور ہری مرچ شامل کر کے 10 سے 12 منٹ تک پکائیں۔ اب گرم گرم ہان کے ساتھ پیش کریں۔

پریزنٹیشن

پلیٹ کے ایک طرف سلاڈ کے پتے رکھ کر اس میں چکن کڑاہی ڈال دیں اور چند پتے پودینے، کٹے ہوئے لیمن اور ٹماٹر کے قفلوں سے سجا کر پیش کریں۔

شیف ڈاکٹر ٹپ

اگر مرغی بغیر شوربے والی پکائی ہو تو اسے پکانے سے قبل دس پندرہ منٹ لیمنوں کا رس اور سرکہ لگا کر رکھ دیں پھر گھی میں تل کر مسالے ڈال کر پکالیں۔

ساتے چکن

یہ ایک خاص تھائی ڈش ہے جو کہ اپنے منفرد انداز اور سویٹ اور سارڈاٹکے کی وجہ سے بہت مقبول ہوئی۔



اجزاء

- چکن : 300 گرام
- ادرک لہسن کا پیسٹ : 1 کھانے کا چمچ
- کارن فلار : 1 کھانے کا چمچ
- سویا ساس : 1 کھانے کا چمچ
- دوسر ساس : 2 کھانے کے چمچ
- اویسٹر ساس : 1 کھانے کا چمچ
- کالی مرچ : 1/4 چائے کا چمچ
- سفید مرچ : 1/4 چائے کا چمچ
- نمک : حسب ذائقہ
- تیل : حسب ضرورت

ترکیب

- 1- بون لیس کو چھوٹے سلائس میں کاٹ لیں۔ ایک پین میں ادرک لہسن کا پیسٹ 4 کھانے کے چمچ تیل کے ساتھ بھون لیں۔ جب ادرک لہسن کا پیسٹ تھوڑا بھن جائے تو اس میں چکن ڈال دیں۔
- 2- چکن کا رنگ سفید ہو جانے کے بعد اس میں ترتیب سے دیئے گئے مصالحے ڈال دیں اور ایک کپ پانی شامل کریں۔
- 3- 7 سے 8 منٹ پکانے کے بعد اس میں تھوڑا سا کارن فلار پانی میں گھول کر شامل کر لیں۔ جب گریوی گاڑھی ہو جائے تو ابلے ہوئے چاولوں کے ساتھ پیش کریں۔

پریزنٹیشن

چکن کو پلیٹ میں ڈال کر چند پتے پودینے سے سجا کر فرائینڈ یا بواہل رائس کے ساتھ پیش کریں۔

شیف ڈاکٹر ٹپ

جام وغیرہ کی بوتل کا ڈھکن نہ کھلے تو اس کے ڈھکن میں سوئی سے سوراخ کر دیں۔ ہوا کا دباؤ دور ہونے پر ڈھکن آسانی سے کھل جائے گا۔



اوون چکن

چکن پکانے کے کئی طریقے پوری دنیا میں مشہور ہیں۔ جدید ٹیکنالوجی کی وجہ سے گلنگ میں جدت آئی ہے۔ اوون میں پکانے کا رواج عام ہو رہا ہے۔ یورپ میں زیادہ تر کھانے اوون میں پکائے جاتے ہیں۔ اوون چکن پاکستانی ڈش ہے۔ جسے شیف ذاکر نے لذت سے بھرپور بنایا ہے۔

ترکیب

- 1- مرغی کا سینہ دو حصوں میں کاٹ لیں۔
- 2- ایک پیالے میں چکن، لیموں کا رس، نمک، ادراک، لہسن کا پیسٹ ڈال کر مکس کر لیں۔ کئی ہوئی لال مرچ، دارچینی پاؤڈر، کالی مرچ اور سفید مرچ ڈالیں اور تیل ڈال کر ہلکے ہاتھ سے مکس کر لیں۔
- 3- مصالحے گئے چکن پر میدہ لگا لیں اوون میں 200 ڈگری سینٹی گریڈ رکھ کر بیک کر لیں۔
- 4- 15 منٹ کے بعد اوون سے نکال لیں۔
- 5- پیالے میں اندھ، کئی ہوئی لال مرچ، سفید مرچ، دارچینی پاؤڈر، نمک ڈال کر مکس کر لیں اور اس میں چکن مکس کر لیں۔ ایک بار پھر اوون میں 10 منٹ کے لیے رکھ کر بیک کر لیں۔

اجزاء

- چکن بریسٹ : 500 گرام
 نمک : حسب ذائقہ
 کالی مرچ : حسب ذائقہ
 سفید مرچ : حسب ذائقہ
 کئی ہوئی لال مرچ : 1 کھانے کا چمچ
 دارچینی پاؤڈر : 1/2 چائے کا چمچ
 ادراک : 1 کھانے کا چمچ
 لہسن : 1 کھانے کا چمچ
 میدہ : حسب ضرورت
 اندھ : 1 عدد
 تیل : ایک کھانے کا چمچ

پریزنٹیشن

پلیٹ میں سلاڈ کے پتوں پر نکال کر کٹے ہوئے لیموں، کھیرے اور بزم مرچ سے سجا کر چٹنی کے ساتھ پیش کریں۔

شیف ذاکر ٹپ

اگر کریم نہ ملے تو کسی برتن میں دودھ لے کر ایک پیالی میں ڈیڑھ چمچ جلائین ملا کر خوب ہلائیں اور فریج میں جمائیں کریم تیار ہو جائے گی۔

چکن بالز

چکن بالز کا تعلق چائیز فوڈ سے ہے لیکن یہ جنوب مشرقی ایشیا میں بھی پسند کی جاتی ہے۔ مغرب میں چکن بالز اپنے الگ اور خاص انداز سے بنائے جاتے ہیں۔



اجزاء

ترکیب

- | | |
|--|-------------------------------------|
| 1- پیالے میں مرغی کا قیدہ، انڈا، نمک، کالی مرچ، آدھا اورک، لہسن، کارن فلاور اور مین ڈال کر اچھی طرح مکس کر لیں۔ | بون لیس چکن : 1 پاؤ (باریک پیس لیس) |
| 2- تیار کیے ہوئے آمیزے کی چھوٹی بالز بنالیں اور گرم تیل میں ڈال کر تھل لیں۔ | اندھ : 1 عدد |
| 3- پین میں تیل ڈال کر گرم کر لیں اور لہسن، اورک ڈال کر بھون لیں۔ | اورک : 2 ٹکڑے (چھوٹا سا سائز) |
| 4- ہرا پیاز، ٹماٹو کچھ اپ، لیموں کا رس، چینی، نمک اور کالی مرچ ڈال کر saute کر لیں اور چکن بالز ڈال کر مکس کر لیں اور پلیٹ میں نکال کر پیش کریں۔ | لہسن : 4 سے 5 جوے |
| | کارن فلاور : 2 کھانے کے چمچ |
| | مین : 2 کھانے کے چمچ |
| | کچھ اپ : آدھی پیالی |
| | ہرا پیاز : 1 سے 2 عدد |
| | لیموں : 1 عدد |
| | چینی : 2 کھانے کے چمچ |
| | نمک : حسب ذائقہ |
| | کالی مرچ : 1/4 چائے کا چمچ |
| | تیل : فرائی کے لیے |

پیریشن

پلیٹ میں ڈال کر ہرے دھنیے اور باریک کٹی ہوئی اورک سے سجا کر رائے کے ساتھ پیش کریں۔

شیف ڈاکٹر ٹپ

اگر ہانڈی میں نمک زیادہ پڑ جائے تو اس میں گندھے ہوئے آٹے کا ایک پیڑ ڈال دیں۔ یہ زائد نمک چوس لے گا۔ اگر ایک پیڑ سے نمک کم نہ ہو تو وہ پیڑ ا نکال کر دوسرا ڈال دیں۔

بٹرچکن (مکھن چکن)



ترکیب

- 1- بٹن میں تیل، اورک لہسن کا پیسٹ ڈال کر بھون لیں۔
- 2- چکن کے پیس ڈال کر saute کر لیں حتیٰ کہ وہ گل جائیں۔
- 3- ٹماٹو پیسٹ، لال مرچ، زیرہ پاؤڈر، گرم مصالحہ، نمک اور مکھن ڈال کر بھون لیں۔ کریم بھی ڈال دیں بھن جانے پر پلیٹ میں نکال کر پیش کریں۔

اجزاء

- مرچی : 300 گرام
 مکھن : 2 کھانے کے چمچ
 اورک لہسن پیسٹ : 2 کھانے کے چمچ
 ٹماٹو پیسٹ : 1/2 کپ
 فریش کریم : 1 کپ
 پس ہوئی لال مرچ : 1 کھانے کا چمچ
 زیرہ پاؤڈر : 1 کھانے کا چمچ
 گرم مصالحہ : 1/2 کھانے کا چمچ
 نمک : حسب ذائقہ
 تیل : حسب ضرورت

پریزنٹیشن

پلیٹ میں نکال کر دھینے اور اورک سے سجا کر روٹی کے ساتھ پیش کریں۔

شیف ڈاکٹر ٹپ

آپ گوشت کو تھوڑے بڑے ٹکڑوں میں کاٹ سکتے ہیں۔

www.pkdigest.com



چکن الاکیو

یہ ڈش یوکرائین نہیں ہے جیسا کہ نام سے ظاہر ہوتا ہے، بلکہ 1770ء میں ایک فرانسیسی کولس فرانس ایرٹ نے بنائی، جو بہت پاپولر ہوئی۔ روس کی ملکہ اترجھ پرونافرچ فوڈ کی بہت شوقین تھی۔ اسے یہ ڈش بہت پسند تھی۔

ترکیب

- 1- سب سے پہلے چکن بریسٹ کو کتاب کی صورت میں کاٹ کر کھول لیں یعنی فلیٹ بریسٹ کے تین حصے کاٹ لیں اور ایک حصہ بڑا رہنے دیں۔
- 2- پھر اس میں تھوڑی کالی مرچ، سفید مرچ اور نمک لگا کر ایک طرف رکھ دیں۔
- 3- اس کے بعد تھوڑے سے پارسلے کو باریک کاٹ لیں اور اس کو مکھن میں شامل کریں۔ پھر ایک پیالے میں میدہ، کارن فلاور، انڈے، کالی مرچ، سفید مرچ اور نمک کا آمیزہ بنالیں۔
- 4- پھر چکن میں مکھن کو رکھ کر بریسٹ کو گول طریقے سے بند کر دیں اور میدہ انڈے والے آمیزہ میں ڈبو کر بریڈ کر پھر اس پر لگا دیں۔ چکن بریسٹ کی شکل پر ندے کی طرح ہونی چاہیے۔
- 5- پھر اس کے بعد اس کو بلیکی آئچ پر فرائی کے لیے تین میں ڈال دیں اور اس کو مکمل ڈھک دیں۔
- 6- 8 سے 10 منٹ بعد جب بریڈ کر پھر گولڈن رنگ اور کرک ہو جائیں تو ان کو نکال کر پیش کریں۔

پریزنٹیشن

پلیٹ میں سجا کر کول سلا اور چلی ساس کے ساتھ پیش کریں۔

شیف ڈاکٹر ٹپ

اگر کوئی دیکھی سائن پکاتے ہوئے جل جائے تو اس میں انڈے اُبال لیں۔ جلنے کے داغ دور ہو جائیں گے۔

اجزاء

- چکن بریسٹ (پنے کا گوشت) : 2 عدد
 انڈے : 1 عدد
 لہسن : 4 جوے
 مکھن : 100 گرام
 کارن فلاور (مکئی کا آٹا) : 2 کھانے کے چمچ
 میدہ : 2 کھانے کے چمچ
 بریڈ کریمز : حسب ضرورت
 پارسلے (ایجوئن خراسانی) : 1 کھانے کا چمچ
 کالی مرچ : 1/4 کھانے کا چمچ
 سفید مرچ : 1/4 کھانے کا چمچ
 نمک : حسب ذائقہ
 تیل : فرائی کے لیے

چکن پیٹیز

یورپ کے لوگ زیادہ تر بریڈ پر گزارا کیا کرتے تھے۔ پیٹیز سموسوں کی ایک قسم ہے۔ رومن میدے سے بریڈ اور پیٹیز تیار کیا کرتے تھے اور اسے دوپہر اور شام کے کھانے کے درمیان کھایا کرتے تھے۔ انگریز اسے برصغیر لائے اور یہاں کے خاندانوں نے اسے روایتی رنگ میں رنگ دیا۔ چکن پیٹیز کو شیف ڈا کرنے اپنے خاص انداز میں بنایا ہے۔



ترکیب

- 1- بون لیس چکن کو چھوٹے کیوب میں کاٹ لیں۔
- 2- ایک پیاز باریک کاٹ لیں اور نمائز بھی کاٹ لیں۔
- 3- ہری مرچ، دھنیا اور پودینہ چوپ کر لیں۔
- 4- ایک پین میں دو کھانے کے چمچ تیل اور لہسن باریک کاٹ کر بھون لیں۔
- 5- اس میں چکن اور تمام ہری ذال دیں اور اس میں ایک کھانے کا چمچ کٹی ہوئی لال مرچ اور نمک ڈال کر اس کو اتنا بھونیں کہ وہ اچھی طرح سے سوکھ جائے۔
- 6- اس کے بعد پف پیٹری کو تیل کر چکوروں میں یا گول کاٹ لیں۔
- 7- ایک حصے پر چکن اور سبزی کا کچرہ ڈال کر کٹاروں پر انڈو لگائیں اور اس کو آدھا پلٹ دیں تاکہ اس کی شکل ٹکون بن جائے۔ آپ یہ پیٹیز گول شپ میں بھی بنا سکتے ہیں۔
- 8- پھر انڈے کو اس کے اوپر برش سے لگائیں اور پیٹیز کو آدوں میں 10 سے 15 منٹ کے لیے رکھیں۔ آدوں کا ٹمپر پچر 150° رکھیں، پھر پیٹیز کو آدوں سے نکال لیں۔
- 9- آپ کی چکن پیٹیز تیار ہے۔

پریزنٹیشن

پلیٹ میں سجا کر کول سلا اور چلی ساس کے ساتھ پیش کریں۔

شیف ڈا کرٹپ

چکن کی جگہ آپ ہیف بھی استعمال کر سکتے ہیں۔

اجزاء

- پف پیٹری : 1 پاؤ
- چکن : 200 گرام
- پیاز : 1 عدد
- نمائز : 1 عدد
- لہسن : 3 جوے
- انڈو : 1 عدد
- ہری مرچ : 4 عدد
- دھنیا، پودینہ : حسب ضرورت
- کٹی ہوئی لال مرچ : حسب ضرورت
- نمک : حسب ذائقہ

کھٹا میٹھا چکن

یہ امریکی طرز کی چائیز ڈش ہے۔ جو امریکہ، کینیڈا، برطانیہ، اور دوسرے ممالک میں بہت مشہور ہے۔



اجزاء

چکن (بون لیس) : 200 گرم

لہسن : 4 جوے

ہرا پیاز : 1 عدد

شملہ مرچ : 1 عدد

پیاز : 1 عدد

ٹماٹر : 1 عدد

انڈہ : 1 عدد

کارن فلائ : 4 کھانے کے چمچ

میدہ : 2 کھانے کے چمچ

کالی مرچ : 1/4 چائے کا چمچ

نمک : حسب ضرورت

ٹماٹو کیچ اپ : 4 کھانے کے چمچ

دوسٹر ساس : 4 کھانے کے چمچ

HP ساس : 2 کھانے کے چمچ

پائن اپیل (انٹاس) : 1 کپ

پانی : 1 کپ

ترکیب

- 1- چکن کو چھوٹے ٹکڑوں میں کاٹ لیں۔ اس میں ایک انڈا شامل کریں۔ اب دو کھانے کے چمچ میدہ، کارن فلائ، کالی مرچ شامل کر کے چکن کو فرائی کر لیں۔
- 2- اس کے بعد علیحدہ ایک برتن میں 4 جوے لہسن اور تیل ڈال کر اس کو لال کریں اور تمام کٹی ہوئی سبزی اس میں شامل کر دیں اور فرائی ہوا چکن بھی شامل کر دیں
- 3- اس میں ٹماٹو کیچ اپ، دوسٹر ساس، HP ساس اور ایک کپ پانی اور ساتھ نمک، کالی مرچ ڈالیں، 2 سے 3 منٹ تک اس کو پکائیں اس کے بعد تھوڑا سا کارن فلائ شامل کر کے اس کو گاڑھا کر لیں اور پھر پائن اپیل ڈال دیں اور گرم گرم مہمانوں کو پیش کریں۔

پریزنٹیشن

پلیٹ میں ڈال کر ہرے دھنیے اور پائن اپیل کے سلائس سے سجا کر پیش کریں۔

شیف ڈاکٹر ٹپ

پیاز آسانی سے پینے کے لئے ان کے چار ٹکڑے کر لیں اور دو تین منٹ تک اُبلے ہوئے پانی میں ڈال کر نکالیں۔ اب یہ آسانی سے پس جائیں گے۔

چکن بادام

1800ء میں جب چائیز ورکرز کو کینیڈا لایا گیا تو وہ اپنی خوراک پکانے کے طریقے بھی ساتھ لائے۔ یہ لوگ کبھی کبھی چکن بادام پکایا کرتے تھے، جو بہت مقبول ہوا۔ کینیڈا کے شہر مونتریا میں ایک چائیز ریستورنٹ 1870ء میں کھلا۔ اس ریستورنٹ نے چکن بادام کو اپنی سٹیش ڈش کے طور پر متعارف کرایا۔



ترکیب

- 1- چکن کو چھوٹے ٹپسے سلائس میں کاٹ لیں۔
- 2- تمام ہنری کو چکور کاٹ لیں اور گاجر کو بال لیں۔
- 3- اس کے بعد ایک پین میں 3 کھانے کے چمچ تیل اور 4 جوئے لہسن کے ڈال دیں اور جیسے ہی لہسن پکنے لگے تو اس میں چکن ڈال دیں۔
- 4- 5-4 پانچ منٹ تک چکن کو پکائیں۔
- 5- اس کے بعد تمام ہنریاں جو چکور اسٹائل میں کٹی ہیں وہ چکن میں ڈال دیں۔
- 6- مشرومز اور بہوشوٹ بھی چکور کڑوں میں کاٹ لیں۔ وہ بھی اس میں شامل کر دیں۔
- 7- 4 سے 5 منٹ تک ہنریوں کو چکن کے ساتھ پکائیں۔
- 8- اس کے بعد اس میں ووٹرساس اور اویسٹرساس ڈال دیں۔
- 9- کالی مرچ، سفید مرچ اور نمک حسب ذائقہ ڈال دیں اور تقریباً ایک کپ پانی اس میں شامل کر دیں۔
- 10- اس کے بعد بادام بال کر چھیل لیں اور فرانی کر لیں اور اس میں شامل کر دیں۔
- 11- یہ آمیزہ جب اچھی طرح پکنا شروع ہو جائے تو اس میں تھوڑا سا کارن فلیور شامل کر کے گریوی کو گاڑھا کر لیں

پریزنٹیشن

کٹے ہوئے بادام اور ہرے پیاز سے سجا کر فرائیڈ یا ایلے ہوئے چاولوں کے ساتھ پیش کریں۔

شیف ڈاکٹرپ

بہوشوٹ کو بچوں کا قد بڑھانے کے لیے بھی استعمال کیا جاسکتا ہے۔ یہ بڑے ڈیپارٹمنٹل سٹورز پر ٹین میں مل جاتا ہے۔

اجزاء

- چکن : 200 گرام
 لہسن : 4 جوئے
 شملہ مرچ : 1 عدد
 گاجر : 1 عدد
 پیاز : 1 عدد
 ہری پیاز : 1 عدد
 بادام : 50 گرام
 مشرومز : 5 سے 6 عدد
 بہوشوٹ : 1 عدد
 اویسٹرساس : 2 کھانے کے چمچ
 ووٹرساس : 2 کھانے کے چمچ
 کارن فلیور : 2 کھانے کے چمچ
 کالی مرچ : 1/4 چائے کا چمچ
 سفید مرچ : 1/4 چائے کا چمچ
 نمک : حسب ذائقہ
 تیل : 2 کھانے کے چمچ

چائیز چکن



منگ (Ming) دور حکومت میں چائیز کے ساحلی شہر کے گورنر کے خاندان نے مہمانوں کے لئے کھال سمیت چکن تیار کیا جسے گورنر نے بہت پسند کیا۔ اس کھانے کا علم جب بادشاہ کو ہوا تو اس نے خاندان کو شاہی محل میں بلوایا۔

ترکیب

- 1- ایک پیٹن میں ایک جگ پانی بھر لیں۔ پھر اس میں ادراک، لہسن کا پیسٹ شامل کریں۔
- 2- اس میں نمک، کالی مرچ اور سفید مرچ شامل کریں۔
- 3- پھر دو سٹر ساس، اوستر ساس اور شہد شامل کریں اور بال لیں۔
- 4- اس کے بعد اس میں کھال والی چکن کو ڈال دیں اور پیٹن کو ڈھک کر اسے 15 منٹ تک اُبلنے دیں۔
- 5- چکن کے گلنے کے بعد چکن کو پانی سے نکال لیں اور اس پانی کے آمیزہ کو چولھے پر اتا پکائیں کہ پانی ایک گلاس کے برابر رہ جائے۔
- 6- پھر اس میں کارن فلا شامل کر کے اس کو کٹا کر لیں۔
- 7- اس کے بعد ایک کڑھائی میں تیل گرم کر کے چکن فرائی کریں۔
- 8- چکن کو چار حصوں میں کاٹ لیں۔
- 9- اسٹینڈ پر ایک ایک پیس رکھ کر اس حصہ پر گرم تیل ڈال کر اوپر کی کھال کو براؤن کر لیں۔
- 10- چکن کو ڈیپ فرائی نہیں کرنا۔

اجزاء

- چکن (کھال سمیت) : ایک کلو گرام
سفید مرچ : حسب ضرورت
کالی مرچ : حسب ضرورت
نمک : حسب ذائقہ
ادراک، لہسن کا آمیزہ : 2، 2 چائے کے چمچ
دو سٹر ساس : 2 چائے کے چمچ
اوستر ساس : 1 چائے کا چمچ
شہد : 1/2 کپ
مکئی کا آٹا : حسب ضرورت

پریزنٹیشن

پلیٹ میں رکھ کر اس پر ساس ڈال دیں کول سلا اور چلی سوس کے ساتھ پیش کریں۔

شیف ڈاکٹر ٹپ

بای سبزی کو تازہ کرنے کے لئے اسے چند منٹ خوب ٹھنڈے پانی میں بھگوئے رکھیں سبز یاں تازہ ہو جائیں گی۔

ادرک چکن (چکن جنبر)

ادرک کا تعلق چائے سے ہے۔ چائے سے یہ ہندوستان آیا۔ اسے مختلف انداز سے کھانوں میں استعمال کیا جاتا ہے۔ 1857ء میں انگریزوں کے ہندوستان پر قبضہ کرنے کے بعد کھانے پکانے کا نیا دور شروع ہوا۔ جس میں مغربی اور مقامی کھانوں کا امتزاج ملتا ہے۔ انگریز راج کی سالانہ تقریب میں ایک مقامی باورچی نے ادرک اور چکن کو بھون کر یہ مزیدار ڈش تیار کی۔ انگریز وائسرائے نے اسے بہت پسند کیا۔



ترکیب

- 1- چکن کو چھوٹی چھوٹی بوٹیوں میں کاٹ لیں۔
- 2- ایک پن میں تیل ڈالیں اور ساتھ ہی بسن ادرک شامل کر کے بھونیں۔
- 3- اس میں چکن شامل کر کے اتنا بھونیں کہ دوبراؤن ہو جائے۔
- 4- پھر چکن اس میں سے نکال لیں۔ اس میں پیاز اور سارے مصالحے شامل کر دیں۔
- 5- اس کو 6 سے 8 آٹھ منٹ تک بھون لیں اور وہی شامل کر دیں۔
- 6- 3 سے 4 منٹ پکانے کے بعد اس میں چکن شامل کر دیں اور اس میں 2 کپ پانی شامل کر دیں۔
- 7- پھر ڈھک کر 10 سے 15 منٹ کے لیے دم دیں۔
- 8- اس کے بعد چکن گل جانے کی صورت میں چولہا تیز کر کے بھون لیں۔
- 9- آپ کا چکن جنبر تیار ہے۔

اجزاء

- چکن : 300 گرام
 دہی : ½ پاؤ
 ادرک بسن کا پیسٹ : 2 کھانے کے چمچ
 پیاز : 1 عدد
 بڑی مرچ : 4 عدد
 ادرک : 1 ٹکڑا (درمیانہ سائز)
 گرم مصالحہ پاؤڈر : ½ چائے کا چمچ
 تازہ دھنیا : حسب ضرورت
 بلدی : 1 چائے کا چمچ
 نمک : حسب ذائقہ
 تیل : 2 سے 3 کھانے کے چمچ

پریزنٹیشن

ہر ادھنیا اور باریک کٹی ہوئی ادرک چھڑک کر پیش کریں۔

شیف ڈاکٹر ٹپ

چھوٹی چھوٹی نمک دانیاں اگر دھونا ہوں تو انہیں ایک پلاسٹک کے لفافے میں ڈال کر گرم پانی اور واشنگ پاؤڈر ڈال کر ہلائیں پھر صاف پانی سے دھو لیں نمک دانیاں چمک انہیں گئی۔

چکن شاشلک

شاشلک منگولین ڈش ہے جو روس میں بھی اتنی ہی مقبول تھی جتنی کہ منگولیا میں۔ چنگیز خاں کے دور میں منگول گوشت کے ٹکڑے اور سبز یوں کو مکس کر کے آگ پر بھونا کرتے تھے۔ منگولیا سے یہ ڈش چائنا، روس اور دوسرے ممالک میں پہنچی اور مقامی انداز میں اپنائی گئی۔



ترکیب

- 1- چکن کو درمیانے کیوب میں کاٹ لیں۔
- 2- شملہ مرچ، پیاز اور ٹماٹر کو درمیانے ٹکڑوں میں کاٹ لیں۔ اس کے بعد چکن کے اوپر لہسن کا پیسٹ، سارے مصالحے اور ساس ملائیں اور اس میں تیل شامل کریں۔
- 3- اس کے بعد شاشلک اسٹک میں پہلے پیاز کا ایک ٹکڑا پھر چکن کی ایک بوٹی پھر شملہ مرچ کا ایک ٹکڑا اور چکن کی بوٹی پر دو دیں۔ پھر ٹماٹر کا ایک ٹکڑا پھر چکن کی بوٹی۔ اس طریقے سے تمام شاشلک اسٹکس تیار کر لیں اب ایک فروانی بین میں تھوڑے تیل کے ساتھ اس کو فروانی کر لیں اور تقریباً 5 سے 6 منٹ کا دھوئے دیں۔ آپ کی مزے دار شاشلک تیار ہے۔

پریزنٹیشن

سلاد کے پتوں پر نکال کر چٹنی ساس کے ساتھ پیش کریں۔

شیف ڈاکریٹپ

لہسن کے چھلکے اتارنے کے لئے، لہسن کی پوتھیاں ایک دو گھنٹے کے لئے پانی میں بھگو دیں جب چھلکے نرم ہو جائیں تو صرف رگڑ کر ہی چھلکا اتار لیں۔

اجزاء

- چکن : 300 گرام
- شملہ مرچ : 2 عدد
- پیاز : 1 عدد
- ٹماٹر : 2 عدد
- کارن فلار : 1 کھانے کا چمچ
- لہسن کا پیسٹ : 2 کھانے کے چمچ
- ٹماٹو کیچ اپ : 2 کھانے کے چمچ
- چلی گارلک ساس : 2 کھانے کے چمچ
- ووٹر ساس : 2 کھانے کے چمچ
- پسی لال مرچ : 1 کھانے کا چمچ
- کالی مرچ : 1/4 چائے کا چمچ
- سفید مرچ : 1/4 چائے کا چمچ
- نمک : حسب ضرورت
- تیل : حسب ضرورت



www.pkdigest.com

سی فوڈ

مچھلی کری

سمندر کے کنارے رہنے والے لوگوں کو اکثر مچھلی کھا کر گزارا کرنا پڑتا تھا۔ دنیا کے ہر خطے میں رہنے والے لوگ مچھلی سے طرح طرح کے کھانے تیار کرتے ہیں۔ بنگال کے ساحلوں پر رہنے والے لوگ فیش کری بنایا کرتے تھے۔ ایک مرتبہ بنگال کا انگریز گورنر ساحل کے قریب آبادی میں گیا۔ فیش کری اسے بہت مزے دار لگی۔ کھانے پر پسند کیا اور باورچی کو اپنے ساتھ لے گیا۔



ترکیب

- 1- فیش فرائی کر لیں۔
- 2- پین میں تیل ڈال کر گرم کر لیں اور پیاز ڈال کر ہلکے براؤن کر لیں۔
- 3- پیاز براؤن ہو جانے پر پانی ملا دیں اور نمائز بھی ڈال دیں۔
- 4- بھنے ہوئے چنے، خشکاش اور تھوڑا سا پانی ڈال کر پیں لیں اور پین میں شامل کر دیں۔
- 5- پس ہوئی لال مرچ، گرم مصالحہ، کئی ہوئی لال مرچ اور سوکھی میتھی ڈال دیں۔
- 6- پانی اور نمک ڈال کر گاڑھا ہونے تک پکائیں۔
- 7- خشکاش، دھنیا پاؤڈر اور ثابت زیرہ ڈال کر مزید تھوڑی دیر پکالیں۔
- 8- اس میں فرائی کی ہوئی فیش ڈال دیں۔

پریزنٹیشن

فیش کری پلیٹ میں سجا کر ہرے دھنیے، کٹے ہوئے لیووں اور ادراک کے تلوں کے ساتھ سجا کر پیش کریں۔

شیف ڈاکریپ

مچھلی فریج میں رکھنے سے قبل اگر اس پر تھوڑی سی کافی چھڑک دی جائے تو اس کی بدبو سے فریج کی باقی چیزیں محفوظ ہو جائیں گی۔

اجزاء

- فیش فلی : 200 گرام
پیاز : 1 عدد
نمائز : 2 عدد
لال مرچ پاؤڈر : 1 چائے کا چمچ
کئی ہوئی لال مرچ : 1/2 چائے کا چمچ
ہلدی : 1/2 چائے کا چمچ
گرم مصالحہ پاؤڈر : 1/2 چائے کا چمچ
ثابت زیرہ : 1/2 چائے کا چمچ
کالے چنے : 10 گرام
خشکاش : 10 گرام
سوکھی میتھی : تھوڑی سی
دھنیا : حسب ضرورت
نمک : حسب ذائقہ
تیل : حسب ضرورت

سیچوان مچھلی

سچے انش چائنا کی سچے ان صوبے میں بننے والے کھانسی ایک مثال ہے یہ ایک خاص طریقہ کار سے پکائی جاتی ہے اور اپنے تیز سوئیٹ اور سارڈائٹ کی وجہ سے مشہور ہے کیونکہ مختلف قسم کے ڈائٹ ایک ہی ڈش میں مل جاتے ہیں کہا جاتا ہے کہ "Food in China taste in Sichuan".



ترکیب

- 1- مچھلی پر چھری سے کٹ لگالیں۔ نمک، کالی مرچ، سفید مرچ، انڈہ لہسن اور لیموں کا رس مچھلی پر لگا کر تھوڑی دیر کے لیے رکھ دیں۔
- 2- کڑاہی میں تیل ڈال کر گرم کر لیں۔ مچھلی کو میدہ اور کارن فلائرن میں پلیٹ کر کڑاہی میں ڈال کر تیل لیں۔
- 3- دوسرے پین میں تیل ڈال کر گرم کر لیں۔
- 4- گرم ہو جانے پر اس میں لہسن، پیاز، شملہ مرچ، گاجر، باقی مصلے اور چلی گارلک ساس شامل کر کے ایک کپ پانی ڈال دیں۔ 3 سے 4 منٹ تک پکانے کے بعد اس میں تھوڑا سا کارن فلائرن ڈال کر اس کو گھڑھا کر لیں۔ اب یہ تیار کیا ہوا ساس مچھلی پر ڈال کر پیش کریں۔

پریزنٹیشن

مچھلی پلیٹ میں ڈال کر پارسلے اور کئی ہوئی سبز مرچ چھڑک کر پیش کریں۔

شیف ڈاکریٹ

مچھلی کی بو دور کرنے کے لئے اسے گندم کا آٹا اور سرسوں کا تیل اچھی طرح مل کر دھوئیں۔

اجزاء

- مچھلی : 1/2 کلو ٹا بہت (درمیانہ سائز)
 نمک : حسب ذائقہ
 کالی مرچ : 1/4 چائے کے چمچ
 سفید مرچ : 1/4 چائے کے چمچ
 لیموں : 1 عدد
 انڈہ : 1 عدد
 لہسن : 2 جوے
 کارن فلائرن : 2 کھانے کے چمچ
 میدہ : 2 کھانے کے چمچ
 تیل : فرانی کے لیے

ساس

- تیل : 2 چمچ
 پانی : 2 کپ
 لہسن : 2 جوے
 گاجر : آدھی
 شملہ مرچ : آدھی
 پیاز : آدھا
 نمک : حسب ضرورت
 کالی مرچ : 1/4 چائے کے چمچ
 سفید مرچ : 1/4 چائے کے چمچ
 کارن فلائرن : 1 کھانے کا چمچ
 چلی گارلک ساس : 2 کھانے کے چمچ
 ٹمائونگ اپ : 2 کھانے کے چمچ

فرائڈفش 1

مچھلی پوری دنیا میں مختلف انداز سے پکائی جاتی ہے۔ کہیں اُبال کر، کہیں سان میں، کہیں بھون کر تو کہیں فرائڈ۔ صدیوں سے یہ مچھلی پوری دنیا میں مشہور ہوئی۔



ترکیب

- 1- فش کے ٹکڑے کر کے پیالے میں نکال لیں اور اس میں اورک لیسن کا پیسٹ اور اورک چوپ کر کے ڈال دیں۔
- 2- انڈہ، نمک، کٹی ہوئی لال مرچ، ہلدی، گرم مصالحہ، خشک دھنیا اور زیرہ ایک پیالے میں ملا کر کچر بنالیں۔
- 3- مچھلی میں لیسن جوس ملا کر مکس کر لیں اور کچر میں ڈال کر ملائیں۔
- 4- کارن فلاور کے چورے میں پیسٹ کر فرانی کر لیں۔

اجزاء

- فش فلے : 500 گرام
 انڈہ : 1 عدد
 کارن فلاور : 3 کھانے کے چمچ
 لیمن : 1 عدد
 اورک لیسن کا پیسٹ : 1 چائے کا چمچ
 کٹی ہوئی لال مرچ : 1 چائے کا چمچ
 کٹا ہوا زیرہ : 1 چائے کا چمچ
 کٹا ہوا سوکھا دھنیا : 1 چائے کا چمچ
 گرم مصالحہ پاؤڈر : 1 چائے کا چمچ
 ہلدی : 1/2 چائے کا چمچ
 نمک : حسب ذائقہ
 تیل : حسب ضرورت

پریزنٹیشن

فرائڈ فش پیسٹ میں سلا دا اور چلی ساس کے ساتھ پیش کریں۔

شیف ڈاکٹر ٹپ

جب کبھی بخمی بنائیں تو زیادہ بنالیں اور باقی بخمی سانچے میں ڈال کر فریزر میں رکھ کر جمالیں اور جب جم جائے تو سانچے سے نکال کر پلاسٹک کی تھیلی میں ڈال کر محفوظ کر لیں۔ اب بخمی ضرورت ہو اس میں سے استعمال کر سکتی ہیں۔

تھائی فٹش



اجزاء

- فٹش سٹاکس : 300 گرام
 کٹی ہوئی لال مرچ : ایک کھانے کا چمچ
 سفید مرچ : 1/4 چائے کا چمچ
 لہسن اور کک کا پیسٹ : 2 کھانے کے چمچ
 کارن فلاور : 2 کھانے کے چمچ
 میندہ : 2 کھانے کے چمچ
 تیل : فرائی کے لیے
 انڈے : 2 عدد
 ہری مرچ : 4 سے 6 عدد
 ٹماٹو کیچ اپ : آدھی پیالی
 پانی : ایک کپ
 نمک : حسب ضرورت

ترکیب

- 1- درمیانی سائز کی فٹش لیں اور اس کے سٹاکس بنالیں۔
- 2- اوپر سے نمک، کالی مرچ، سفید مرچ، لہسن اور کک کا پیسٹ، کارن فلاور اور میندہ لگالیں۔
- 3- ایک انڈہ پھینٹ کر اس میں ملا دیں۔
- 4- پین میں تیل ڈال کر فٹش فرائی کر لیں۔
- 5- ایک اور پین میں شملہ مرچ، گاجر، پیاز اور ہری پیاز کاٹ کر saute کر لیں اس کے بعد تمام ساس اور مصالحہ شامل کر کے کارن فلاور سے گاڑھا کر لیں اب فرائی کی ہوئی فٹش اس میں شامل کر دیں۔

شیف ڈاکٹر پ

مچھلی پر سے چھلکے اتارنے کے لئے اس کو ڈم سے پکڑ کر بچوں کے استھانی بورڈ پر رکھ کر ڈم کو کھپ میں اٹکا دیں اب آسانی سے صاف کر لیں ورنہ مچھلی ہاتھ سے بار بار پھسلے گی۔



فرائڈ فش 2

فش کو پکانے کا خاص پاکستانی انداز ہے پاکستان کے ساحل پر رہنے والے لوگ فش کو بھون کر کھاتے ہیں جیسے پنجاب اور سرحد کے لوگ بکرے کے گوشت کو بھون کر کھاتے ہیں۔ پہلی مرتبہ فرائڈ فش ساحل مکران پر ایک ڈھابے پر تیار کی گئی۔

ترکیب 8

- 1- مچھلی کی پرت میں دونوں طرف کٹ لگا لیں پھر ایک پیالے میں سارے مصالحے، ادراک کا پیسٹ مین اور انڈے شامل کر لیں۔
- 2- اچھی طرح مکس کرنے کے بعد، تیل اور لیمن کا جوس شامل کر دیں۔
- 3- اس آمیزہ کو اچھی طرح مکس کریں۔
- 4- مچھلی کی پرت پر آمیزہ کو لگا کر آدھے گھنٹے بعد اس کو ڈیپ فرائی کر لیں۔
- 5- فرائڈ فش تیار ہے۔

اجزاء 8

- مچھلی : 500 گرام
 لیمن : 1 عدد
 کٹی ہوئی سرخ مرچ : 1 چائے کا چمچ
 ادراک : 1 چائے کا چمچ
 کٹا ہوا دھنیا : حسب ضرورت
 گرم مصالحہ پاؤڈر : حسب ضرورت
 انڈے : 2 عدد
 مین : 3 چائے کے چمچ
 نمک : حسب ضرورت
 تیل : " "
 لہسن : 1 چائے کا چمچ

پریزنٹیشن

پلیٹ میں سلاؤ کے پتوں پر رکھ کر لیمنوں اور ٹماٹر سے سجا کر گرین چلی ساس کے ساتھ پیش کریں۔

شیف ڈاکٹر ٹپ

فش کو آدھا گھنٹہ پہلے نمک لگا کر رکھ دیں پھر مصالحہ لگائیں۔

فش فلے

یونانی تازے پانی کی مچھلی اور سمندری مچھلی کو مصالحے لگا کر بھونا کرتے تھے اور دھوتوں میں پیش کرتے۔ رومن فش کو فرائی کر کے نئے نئے انداز سے پکاتے تھے۔ فش کو فرائی کرنے کے نئے نئے طریقے اپنائے گئے۔ یہاں بھی فش فلے کا یہ ذائقہ کوکونٹ کی وجہ سے منفرد ہے۔



ترکیب

- 1- فش فلے کی بونیاں بنالیں۔
- 2- پیالے میں مچھلی، ادورک، لہسن، نمک، کالی مرچ، کٹی ہوئی لال مرچ، انڈا اور میدہ ڈال کر اچھی طرح مکس کر لیں۔
- 3- مصالحہ لگی بونیاں کوکونٹ میں پلیٹ کر گرم تیل میں ہلکی آگ پر فرائی کر لیں۔

اجزاء

- فش فلے : 1 عدد
 ادورک : 1 کلو (درمیان سائز)
 لہسن : 2 سے 3 جوے
 نمک : حسب ذائقہ
 کالی مرچ : ½ چائے کا چمچ
 کٹی ہوئی لال مرچ : ½ چائے کا چمچ
 انڈا : 1 عدد
 میدہ : ½ کپ
 کوکونٹ : 1 کپ (مٹ کر لیں)

پریزنٹیشن

فش فلے پلیٹ میں نکال کر لیموں، کھیرے اور نمائے سے سجا کر کچھ اپ کے ساتھ پیش کریں۔

شیف ڈاکوٹپ

سلاد کی پلیٹ میں اگر ایک اونڈھی پرچ رکھ دی جائے تو اس سے سبزیاں Soggy نہیں ہوتی ہیں اور خستہ رہتی ہیں۔

پرانز ٹیمپورہ

ٹیمپورہ پرتگالی جاپان لے کر آئے۔ آج یہ مشہور جاپانی ڈش ہے۔ پرانز ٹیمپورہ ڈش ٹوکیو کے ایک ساحلی ریستورانٹ میں پہلی مرتبہ بنائی گئی جو بعد میں بہت مشہور ہوئی۔



ترکیب

- 1- پرانز کو صاف کر کے کٹ لگا کر سیدھا کر لیں۔
- 2- اس کے بعد ایک پیالے میں میدہ، کارن فلار، انڈے اور لہسن کا پیسٹ ڈالیں ساتھ ہی اس میں سفید مرچ، کالی مرچ اور نمک شامل کر دیں۔ اب اس آمیزے میں ٹھنڈا پانی ڈالیں گاڑھا اور نہ زیادہ پتلا آمیزہ بنالیں۔
- 3- 1/4 کپ تیل اور تھوڑا سا میٹھا سوڈا شامل کر لیں۔
- 4- اس مکسچر کو ہاتھ سے مکس کر لیں۔
- 5- اس کے بعد کٹ لگے ہوئے پرانز (devein) پر نمک اور کالی مرچ لگائیں۔
- 6- اس کے بعد سارے پرانز میں ایک ایک کر کے خشک میدہ لگا دیں۔
- 7- پھر اس مکسچر میں پرانز ڈبو کر چین میں فرانی کر لیں۔
- 8- گرم گرم پرانز ٹیمپورہ تیار ہے۔

اجزاء

- پرانز : 300 گرام
 میدہ : 2 کھانے کے چمچ
 کارن فلار : 3 کھانے کے چمچ
 انڈہ : 1 عدد
 لہسن پیسٹ : 2 کھانے کے چمچ
 میٹھا سوڈا : ایک چمکی
 سفید مرچ : ایک چمکی
 کالی مرچ : ایک چمکی
 نمک : ایک چمکی
 تیل : حسب ضرورت

پریزنٹیشن

ٹشو پیپر پر نکال کر فرانی کی ہوئی سبزی کے ساتھ پیش کریں۔

شیف ڈاکٹر ٹپ

اگر انڈے نرم اُبلنے ہوں تو انہیں بھی آٹھ پر اُبلالیں اور نکالنے سے پہلے گرم پانی میں کچھ دیر پزارہے دیں بے حد نرم اور مزے دار اُبلیں گے۔

کوکونٹ فرائڈ فش

ساحلی علاقوں کے کھانوں میں مچھلی اور ناریل کا استعمال بہت زیادہ ہے۔ ملائیشیا کے ایک شہر جارج ٹاؤن کے ایک ساحلی ریستورنٹ نے فش اور کوکونٹ پاؤڈر سے ایک ڈش متعارف کرائی جو بہت مقبول ہوئی۔ اس ملائیشین ڈش میں شیف ڈاکٹر نے اپنا خاص انداز اور ذائقہ شامل کیا ہے۔



ترکیب

- 1- ایک پیالے میں مچھلی، لہسن، انڈا، نمک، کالی مرچ، سفید مرچ، دارچینی پاؤڈر ڈال کر مکس کر لیں۔
- 2- کارن فلاور اور میدہ بھی شامل کر لیں۔
- 3- اب مچھلی کی بوئیاں ناریل میں پیٹ کر گرم تیل میں تیل لیں۔
- 4- مزیدار کوکونٹ فرائڈ فش تیار ہے۔

اجزاء

- فش : 200 گرام
انڈا : 1 عدد
لہسن : 4 جوے (باریک کاٹ لیں)
کوکونٹ پاؤڈر : 100 گرام
دارچینی پاؤڈر : ½ چائے کا چمچ
میدہ : 2 کھانے کے چمچ
کارن فلاور : 2 کھانے کے چمچ
کالی مرچ : ¼ چائے کا چمچ
سفید مرچ : ¼ چائے کا چمچ
نمک : حسب ذائقہ
تیل : حسب ضرورت

پریزنٹیشن

ایک پلیٹ میں نکال کر سلاڈ کے پتوں، لیموں اور کھیرے سے سجا کر چلی ساس کے ساتھ پیش کریں۔

شیف ڈاکٹر ٹپ

گیلی ریت میں اگر انڈے دبا دیئے جائیں تب بھی یہ زیادہ دیر تک محفوظ رہ سکتے ہیں۔

سیچواں پرانز



پرانز بہت ہی مقبول ترین میٹھو ہے۔ سیچوان پرانز جھینگوں سے بنا ہوا بہت ہی لذیذ میٹھو ہے جس کا تعلق چین کے صوبے سیچوان سے ہے جہاں کے کھانے اپنے انوکھے ذائقے کی وجہ سے مقبول ہیں۔

ترکیب

- 1- جھینگے صاف کر کے دھولیں اور کٹ لگالیں۔
- 2- ایک گہرے پین میں تیل ڈال کر اورک اور لہسن چوہ کر کے ڈالیں، اس میں جھینگے ڈال دیں۔ شملہ مرچ، ثابت لال مرچ، گاجر، ہری پیاز کے پتے کاٹ کر پین میں ڈال دیں۔
- 3- اوپر سے کالی مرچ، وائٹ پیپر، ووسٹر ساس، لہسن کی چٹنی اور کچھ اپ ڈال دیں۔ آدھا کپ پانی شامل کر کے 3 سے 4 منٹ پکا کر کارن فلاؤڈ ڈال کر ساس کو گاڑھا کر لیں۔ آپ کے مزے دار جھینگے تیار ہیں۔

اجزاء

- جھینگے : 200 گرام
 ووسٹر ساس : 2 کھانے کے چمچ
 اویلٹر ساس : 1 کھانے کا چمچ
 تیلی گارلک ساس : 2 کھانے کے چمچ
 ٹماٹو کچھ اپ : 2 کھانے کے چمچ
 شملہ مرچ : 1 عدد
 گاجر : 1 عدد
 ہری پیاز : 2 عدد
 ثابت لال مرچ : 6 سے 8 عدد
 کارن فلاؤڈ : 1 کھانے کا چمچ

پریزنٹیشن

سیچوان پرانز پلیٹ میں ڈال کر ہری مرچ اور اورک کے باریک قٹقوٹوں سے سجا کر پیش کریں۔

شیف ڈاکٹر ٹپ

دیکھی یا فرامی پین میں گھی ڈالنے سے قبل برتن اور چمچ بالکل خشک کر لیں ورنہ گھی اچھلے گا اور چڑھ کرے گا۔

فرائڈ پرائز

جاپان کی اس مشہور ڈش کے بارے میں کہا جاتا ہے کہ 1900ء میں ٹوکیو کے ایک ویسٹرن ریستورانٹ میں فرائڈ پرائز کی ڈش بنائی گئی۔ جاپانی ملک نے اس میں کچھ مغربی طرز کے مصالحہ جات استعمال کیے اور یہ ڈش بہت مشہور ہوئی۔



ترکیب

- 1- پرائز صاف (devein) کر لیں۔
- 2- لہسن اور ہری مرچ باریک کاٹ لیں۔
- 3- انڈہ، نمک، وائٹ پیپر، کالی مرچ، میدہ اور کارن فلار ڈال کر ہاتھ سے مکس کر لیں اس آمیزہ میں جھینگے بھی شامل کر دیں اس کے بعد اس کو ڈیپ فرائی کر لیں۔
- 4- گولڈن ہو جانے پر پلیٹ میں نکال لیں۔

اجزاء

- پرائز : 200 گرام
 لہسن : 4 جوے
 ہری مرچ : 3 سے 4 عدد
 انڈہ : 1 عدد
 کارن فلار : 2 کھانے کے چمچ
 میدہ : 2 کھانے کے چمچ
 نمک : حسب ذائقہ
 کالی مرچ : 1/4 چائے کا چمچ
 سفید مرچ : 1/4 چائے کا چمچ
 تیل : فرائی کے لیے

پریزنٹیشن

کھیرے، ٹماٹر اور سلاڈ کے پتوں سے سجا کر چلی گارلک ساس کے ساتھ سرو کریں۔

شیف ڈاکٹر ٹپ

انڈے کو بہت زیادہ گرم گھی میں یک دم مت ڈالیں ورنہ انڈے کی غذائیت میں فرق آجائے گا۔



مصالحہ فرائڈ فش

جہاں یورپ نے فیش کو پکانے کے نئے نئے طریقے اپنائے وہاں جنوبی ایشیاء نے بھی فیش کو پکانے کا خاص انداز اپنایا۔ ساتویں صدی عیسوی میں مکران کے ساحل پر رہنے والے لوگ خاص انداز سے مچھلی فرائی کیا کرتے تھے، اسے مسلمان تاجروں نے بہت پسند کیا اور اس طرح فرائی کرنے کا موجودہ طریقہ اپنایا۔

ترکیب

- 1- فیش فلے کی بونیاں کر لیں۔
- 2- ایک پیالے میں مین، ادرک، لہسن، تمام مصالحے، دھنیا، پودینہ، انڈہ اور مچھلی کی بونیاں ڈال کر اچھی طرح مکس کر لیں
- 3- گرم تیل میں ہلکی آگ پر تیل لیں اور پلیٹ میں نکال کر چٹنی کے ساتھ پیش کریں۔

اجزاء

- فیش فلے : 2 عدد
 انڈہ : 1 عدد
 نمک : حسب ذائقہ
 گہنی ہوئی لال مرچ : ½ چائے کا چمچ
 گٹا ہوا انار دانہ : ½ چائے کا چمچ
 زیرہ : ½ چائے کا چمچ
 کٹا ہوا زیرہ : ½ چائے کا چمچ
 ہلدی : 1/4 چائے کا چمچ
 دھنیا پودینہ : حسب ضرورت
 ہری مرچ : 2 سے 3 عدد
 ادرک : 1 ٹکڑا (درمیان سائز)
 لہسن : 2 سے 3 جوے
 مین : 2 کھانے کے چمچ

پریزنٹیشن

پلیٹ میں سلاڈ کے پتوں پر نکال کر چلی ساس کے ساتھ پیش کریں۔

شیف ڈاکٹر ٹپ

اگر باورچی خانے میں آگ بجڑک اٹھے تو شعلوں پر دودھ ڈالنے سے آگ جلدی بجھ جائے گی۔

گارلک پرانز

مچھلی اور پرانز چائیز بہت مزے سے کھاتے ہیں اور چائیز کھانوں میں بے شمار اقسام کی ترکیب سے مچھلی اور پرانز تیار کئے جاتے ہیں گارلک پرانز انہی مزے دار ترکیب میں سے ایک ہے۔



اجزاء

- پرانز : 500 گرام
- ہری پیاز : 1 عدد
- لہسن : 6 جوے
- ٹماٹو کیچ اپ : 3 کھانے کے چمچ
- دوسٹر ساس : 4 کھانے کے چمچ
- اویسٹر ساس : 2 کھانے کے چمچ
- کٹی ہوئی لال مرچ : 1 کھانے کا چمچ
- کالی مرچ : 1/4 چائے کا چمچ
- سفید مرچ : 1/4 چائے کا چمچ
- نمک : حسب ذائقہ
- تیل : 3 کھانے کے چمچ

ترکیب

- 1- کڑاہی میں تیل ڈال کر گرم کر لیں۔ اس میں لہسن شامل کر کے ہکا براؤن کر لیں۔
- 2- اس میں جھینگے اور ہری پیاز شامل کر کے saute کر لیں۔
- 3- اس میں دوسٹر ساس، اویسٹر ساس اور ٹماٹو کیچ اپ ڈال دیں۔ نمک، کالی مرچ سفید مرچ اور گٹنی ہوئی لال مرچ شامل کر کے اچھی طرح مکس کر لیں۔
- 4- تیار ہو جانے پر پلیٹ میں نکال کر پیش کریں۔

پریزنٹیشن

پلیٹ میں ڈال کر کھیرے، ٹماٹر اور سلاد کے پتوں سے سجا کر پیش کریں۔

شیف ڈاکٹر ٹپ

جھینگوں کو کچھ دیر کے لئے فریج میں رکھ دیں تو اس کی صفائی میں آسانی ہوگی۔

بنینی پرانز

یورپ کے ساحلوں پر رہنے والے لوگ زیادہ تر سمندری خوراک پر گزارہ کرتے تھے۔ وہ نت نئے انداز سے جھینگے فراہمی کر کے استعمال کیا کرتے تھے۔ ایک مرتبہ رومن بادشاہ اٹلی کے ساحلی شہر نیپلز پہنچا تو وہاں کے گورنر نے دعوت میں تلے ہوئے پرانز پیش کئے۔ صدیوں بعد یہ ڈش بنینی پرانز کے نام سے مشہور ہوئی۔



اجزاء

پرانز : 300 گرام

نمک : حسب ذائقہ

بیسن : 1/2 کپ

تیل : فراہمی کے لیے

دھنیا، پودینہ : حسب ضرورت

کٹی ہوئی لال مرچ : 1/2 چائے کا چمچ

پسی ہوئی کھٹائی : 1/2 چائے کا چمچ

ادرک : 1 ٹکڑا (درمیانہ سائز)

ہری مرچ : 2 عدد

ترکیب

- 1- پرانز کے درمیان کی رگ نکال کر صاف کر لیں لیکن ڈمگی رہنے دیں۔
- 2- ایک پیالے میں بیسن، نمک، کٹی ہوئی لال مرچ، پسی ہوئی کھٹائی، دھنیا، پودینہ باریک کٹا ہوا ادرک، بیسن اور پانی ڈال کر آمیزہ بنالیں۔
- 3- اس آمیزے میں پرانز ڈپ کر کے گرم تیل میں تلیں اور چٹنی کے ساتھ پیش کریں۔

پریزنٹیشن

پلیٹ میں سلاڈ کے پتے رکھ کر چلی سوس کے ساتھ پیش کریں۔

شیف ڈاکٹر پ

پرانز کو دھونے سے اور devein کرنے سے پہلے خشک کپڑے سے اچھی طرح صاف کر لیں تاکہ مٹی اور گند نکل جائے۔



www.pkdigest.com

رائس

دہلی بریانی

دہلی مغل شہنشاہوں کا پسندیدہ دارالحکومت رہا ہے۔ مغل بادشاہ دسترخوان پر لذیذ اور خاص طور پر چاول سے بنے ہوئے کھانوں کا اہتمام کرتے۔ مغل بادشاہ بہادر شاہ ظفر کو خاص انداز سے بنائی ہوئی بریانی بہت پسند تھی۔ یہ بریانی اس کے دسترخوان کی اکثر زینت تھی۔ بہادر شاہ ظفر اسے ”دہلی بریانی“ کے نام سے یاد کرتا۔



ترکیب

- 1- چین میں گھی ڈال کر گرم کر لیں اور ادراک لہسن ڈال کر بھون لیں۔
- 2- چکن ڈال کر مزید پکالیں۔
- 3- اس میں دہی، ہلدی، بڑی الائچی، نمک، ٹماٹر، دھنیا اور پودینہ، پیسی ہوئی لال مرچ، گرم مصالحہ پاؤڈر اور زیرہ پاؤڈر شامل کر لیں۔
- 4- دس منٹ پکائیں۔ پھر اس میں تلی ہوئی بیاز اور زردے کا رنگ شامل کریں۔
- 5- چاول اُبالنے کے لیے پانی میں الائچی، تیز پتہ، لوگ اور نمک ڈال دیں۔
- 6- پانی گرم ہو جانے پر چاول شامل کر لیں اور اُبال لیں۔
- 7- پہلے 4 کئی کا چاول تیلی میں پھیلائیں۔
- 8- پھر چکن کی تہ لگائیں دوبارہ پھر چاول ڈالیں پھر کیوڑا ڈالیں اور 3 کھانے کے چمچ گھی گرم کر کے چاول پر ڈالیں۔ اب دم لگادیں۔ آپ کی مزے دار دہلی بریانی تیار ہے۔

پریزنٹیشن

پلیٹ کے ایک طرف سلاڈ کے پتے رکھ کر اس میں بریانی ڈالیں۔ ایک طرف لیو کے باریک قتلے کاٹ کر اُبلتی ہوئی گاجر کے ٹکڑوں اور رائس کے ساتھ پیش کریں۔

شیف ڈاکٹر ٹپ

چاول پکاتے وقت اگر پانی نکالنے سے قبل اس میں ایک چمچ سرکہ یا لیو کا رس ڈال دیں تو چاول کے دانے جڑتے نہیں ہیں۔

اجزاء

- مرنی : 500 گرام یا آدھا کلو
چاول : 2 کپ یا آدھا کلو
دہی : 250 گرام
پیاز : 250 گرام
ٹماٹر : 2 عدد
ادراک لہسن کا پیسٹ : 2 کھانے کا چمچ
ہرا دھنیا : 1/2 گڈی
پودینہ : 1/2 گڈی
ہلدی : 1 چائے کا چمچ
پیسی ہوئی لال مرچ : 2 کھانے کے چمچ
گرم مصالحہ پاؤڈر : 1 کھانے کا چمچ
زیرہ پاؤڈر : 1 چائے کا چمچ
کیوڑہ : حسب ضرورت
زردہ رنگ : حسب ضرورت
نمک : حسب ذائقہ
گھی : 1 کپ

زیرہ پلاؤ

برصغیر پوری دنیا میں اپنے گرم مصالحوں کی وجہ سے مشہور رہا ہے۔ یہاں کے رہنے والے ان مصالحوں کو تقریباً ہر کھانے میں استعمال کرتے۔ زیرہ تقریباً ہر سالن میں استعمال کیا جاتا ہے۔ زیرہ پلاؤ ہندو راجہ چندرا گپت موریہ کے دور میں نیکیلا کے ایک ماہر باورچی نے پکایا۔ راجہ نے بہت پسند کیا۔



ترکیب

- 1- گرم تیل میں پیاز ڈال کر بیکے فرانی کر لیں۔
- 2- اسی پین میں زیرہ، سونف، ثابت و حنیا، ہری مرچ، ادک، ٹماٹر اور پانی ڈال دیں اور 8 سے 10 منٹ تک پکائیں۔ اس کے بعد بھیگے ہوئے چاول اس میں شامل کر دیں۔ پانی کی مقدار تقریباً ڈیڑھ گلاس ہونی چاہیے۔ جب پانی خشک ہو جائے تو اس کو 8 سے 10 منٹ کا دم دے دیں۔

اجزاء

- چاول : 2 کپ
- پیاز : 2 عدد
- ہری مرچ : 4 عدد
- ٹماٹر : 2 عدد
- ثابت و حنیا : 1 کھانے کا چمچ
- سونف : 1 کھانے کا چمچ
- زیرہ : 2 کھانے کے چمچ
- نمک : حسب ذائقہ
- تیل : 1 کپ
- پانی : تھوڑا سا

پریزنٹیشن

پلاؤ پلیٹ میں ڈال کر کھیرے، چرنے، شامی کباب اور ہرے رائے کے ساتھ پیش کریں۔

شیف ڈاکٹر ٹپ

چاولوں کو پہلے پانی میں بھگو کر رکھ دیں اور پھر کم پانی استعمال کریں تاکہ جلدی گل سکیں۔ اور کھلے کھلے رہیں۔

گارلک رائس

گارلک رائس اٹالین ڈش ہے۔ گارلک ہزاروں سالوں سے کھانوں میں استعمال ہوتا ہے۔ رومن فوجی اسے کھانے میں ضرور استعمال کرتے تھے۔ برصغیر پاک و ہند میں بھی اسے تقریباً ہر مصالحے میں استعمال کیا جاتا ہے۔



ترکیب

- 1- ہری پیاز اور لہسن باریک کاٹ لیں۔ ایک پیالے میں انڈے ڈال کر اچھی طرح پھینٹ لیں۔
- 2- پین میں 1/4 کپ تیل ڈال کر گرم کر لیں اس میں لہسن شامل کر کے بھون لیں۔ اب انڈے، ہری پیاز اور چاول بھی شامل کر لیں۔
- 3- آخر میں نمک، کالی مرچ، سفید مرچ، سویا ساس اور ووٹر ساس شامل کر کے اچھی طرح مکس کر لیں اور رے میں نکال کر پیش کریں۔

اجزاء

- چاول : 300 گرام (چاول بال لیں)
 انڈے : 2 عدد
 لہسن : 2 کھانے کے چمچ
 ہری پیاز : 2 عدد
 تیل : 1/4 کپ
 نمک : حسب ذائقہ
 بلیک پیپر : حسب ذائقہ
 وائٹ پیپر : 1 چمچی
 ووٹر ساس : 2 کھانے کے چمچ
 سویا ساس : 1 کھانے کا چمچ

پریزنٹیشن

چاول پیالے میں ڈال لیں ہلکا سا دبائیں اور پھر پلیٹ میں انڈے لیں۔ ہری پیاز کٹے ہوئے کھیرے سجا کر رائے کے ساتھ پیش کریں۔

شیف ڈاکریٹپ

لہسن کے ذائقے کی تیزی کم کرنے کے لئے لہسن کو تھوڑی دیر نمک لگا کر رکھ دیں۔ گارلک رائس، شامی کباب اور کوٹھوتوں کے ساتھ بھی پیش کیے جاسکتے ہیں۔

چکن پلاؤ

روایتی مغلیہ ڈش جو پوری دنیا میں اپنے منفرد ذائقے کی وجہ سے مشہور ہے۔ مغل بادشاہ محمد شاہ رنگیلا کے دور میں لاہور کے ایک ڈھابے پر چکن سے پلاؤ تیار کیا جاتا تھا۔ اتفاق سے محمد شاہ کا وزیر وہاں سے گزر رہا تھا۔ پلاؤ کی خوشبو اسے کھینچ کر لے گئی۔ پلاؤ اتنا لذیذ تھا کہ وزیر کا جی نہیں بھرتا تھا۔ دہلی جا کر ڈھابے والے کو لاہور سے بلوایا اور پلاؤ پکوا کر کھایا۔



ترکیب

اجزاء

- 1- چکن کو کیوبز میں کاٹ لیں یا ثابت کلڑے رکھیں۔
- 2- ایک پین میں 1/4 کپ تیل اور 1 عدد پیاز کاٹ کر ڈال دیں۔
- 3- جب پیاز تھوڑا سا لال ہو جائے تو اس میں اورک لہسن شامل کر دیں اور 3 سے 4 منٹ پکانے کے بعد اس میں ثابت گرم مصالحہ (لوٹک، دارچینی، بڑی الائچی، چھوٹی الائچی اور کالی مرچ) شامل کر دیں۔ 4-5 منٹ تک پکائیں پھر ساری سبزی اور مصالحے شامل کر دیں اور اس میں چکن بھی شامل کر دیں اور اس کو اچھی طرح سے بھون لیں۔
- 4- 10 منٹ بھوننے کے بعد اس میں تقریباً ڈیڑھ گلاس پانی ڈال دیں۔ جب پانی گرم ہو جائے تو اس میں بھیکے ہوئے چاول شامل کر دیں۔ جب چاول سارا پانی پی لیں تو اس کو اچھی طرح مکس کریں اور ڈھک کر تقریباً 8 منٹ تک دم دیں۔
- 5- اس میں پانی کا خیال رکھیں اور اگر پانی کم ہو جائے تو پانی بڑھالیں اور پانی اگر زیادہ ہو جائے تو اس کو نکال دیں۔
- 6- دم دیتے وقت چاول کھلے کھلے نظر آنے چاہئیں۔
- 7- 10 منٹ کے بعد اسے اُتار لیں۔
- 8- اب آپ کا چکن پلاؤ تیار ہے۔

چکن : 300 گرام

چاول : 2 کپ

پیاز : 1 عدد

نمائر : 2 عدد

ہری مرچ : 4 سے 5 عدد

آلو بخارا : 6 سے 7 دانے

گرم مصالحہ : حسب ضرورت

کئی ہوئی لال مرچ : 1 کھانے کا چمچ

نمک : حسب ذائقہ

تیل : 1/4 کپ

اورک لہسن : 2 کھانے کے چمچ

پریزنٹیشن

پلیٹ میں ڈال کر راستے کے ساتھ پیش کریں۔

شیف ڈاکٹر ٹپ

نئے چالوں کو عام پانی سے دھونے کے بعد گرم پانی میں بھگو دیں جب پانی ٹھنڈا ہو جائے تو اسے نکال دیں۔ نیا پانی گرم کر کے چاول اُبال لیں اور پھر نیچوڑ کر دم دے دیں۔ چاول تیار ہیں۔

سنگاپوری رائس



اجزاء

مرنی : 150 گرام

چاول : 2 کپ

نوڈلز : آدھا پیکٹ

شملہ مرچ : 1 عدد

گاجر : 1 عدد

ہرا پیاز : 1 عدد (پتے کاٹ لیں)

پیاز : 1 عدد

بند گوبھی : 1/4 گوبھی

ادرک لہسن : 1 کھانے کا چمچ

ہری مرچ : 4 جوے

لہسن : 4 سے 6 عدد

کئی ہوئی لال مرچ : 1 کھانے کا چمچ

ثابت زیرہ : 1 کھانے کا چمچ

نمک : حسب ذائقہ

تیل : حسب ضرورت

شیف ڈاکریٹپ

اگر دم دیتے وقت احساس ہو کہ چاول زیادہ نرم ہو گئے ہیں تو خشک کپڑا اخبار تہ کر کے ڈھکن کے اندر رکھ دیں، نمی جذب ہو جائے گی۔

ترکیب

1- پین میں پانی ڈال کر ابال لیں، تھوڑی سی ہلدی بھی شامل کر لیں۔

2- پانی ابل جانے پر نوڈلز ڈال دیں۔

3- نوڈلز نرم ہو جانے پر چھان لیں۔

4- گرم تیل میں ابلے ہوئے نوڈلز ڈال کر فرانی کر لیں۔

5- پین میں پانی نمک اور عذارت زیرہ ڈال کر ابال لیں، دو چمچ تیل بھی ڈال دیں۔

6- گرم پانی میں چاول ڈال کر ابال لیں۔

7- ہری مرچ کے لیے کھڑے کاٹ لیں، لہسن کے باریک قتلے کر لیں اور گرم تیل میں ہلکے فرانی کر لیں۔

8- پیاز، شملہ مرچ، گاجر اور گوبھی کڑوں میں کاٹ لیں۔

9- گرم تیل میں لہسن اور کک کا پیسٹ ڈال کر بھون لیں اور چکن ڈال کر ہلکا براؤن کر لیں۔

10- تمام کئی ہوئی سبزیاں ڈال کر کس کر لیں۔

11- سفید مرچ، کالی مرچ، نمک، اویسٹر ساس، ووسٹر ساس، ٹماٹو کیچ اپ اور گارلک ساس ڈال دیں۔

12- کارن فلاں تھوڑے سے پانی میں ڈال کر کس کر لیں اور ساس میں ڈال کر گاڑھی کر لیں۔

13- پیالے میں مایونیز (کریم)، پانی اور کئی ہوئی لال مرچ ڈال کر کس کر لیں۔

14- ڈش میں ابلے ہوئے چاولوں کی تہ لگائیں۔

15- پھر چکن اور سبزیوں کا آمیزہ پھیلا دیں۔

16- باقی کے چاول آمیزے پر ڈال دیں۔ کریم کا تیار کیا ہوا پیسٹ اور فرانی کی ہوئی

مرچیں اور لہسن اوپر پھیلا دیں اس کے اوپر فرانی کیے ہوئے نوڈلز ڈال دیں۔

17- مزید سنگاپوری رائس تیار ہیں۔

پریزنٹیشن

سنگاپوری رائس رائتہ اور سلاڈ کے پیش کریں۔

بیف فرائیڈ رائس



اجزاء

- بیف : 200 گرام (انڈر کٹ)
- چاول : 2 کپ
- ہرا پیاز : 2 عدد
- شملہ مرچ : 1 عدد
- گاجر : 1 عدد
- لہسن : 4 سے 5 جوے
- انڈے : 3 عدد
- دوسرے ساس : 2 کھانے کے چمچ
- کالی مرچ : حسب ضرورت
- سفید مرچ : حسب ضرورت
- نمک : حسب ذائقہ
- تیل : حسب ضرورت

ترکیب

- 1- چاول اُبال لیں۔
- 2- گرم تیل میں گوشت کے چھوٹے ٹکڑے ڈال کر نرم کر لیں۔
- 3- گوشت جب گل جائے تو اس میں انڈے پھیٹ کر شامل کر دیں۔
- 4- اس کے بعد تمام سبزیاں شامل کر کے 4-5 منٹ تک پکائیں۔
- 5- اب اُبلے ہوئے چاول اور باقی مصالحہ اور دوسرے ساس شامل کر کے 3-4 منٹ تک مزید تیز آگ پر پکائیں۔
- 6- آپ کا مزے دار بیف فرائیڈ رائس تیار ہے۔

پریزنٹیشن

چاولوں کو پلیٹ میں ڈال کر اُبلے ہوئے انڈے کے ٹکڑوں اور کھیرے کے سلائس سے سجا کر پیش کریں۔

شیف ڈا کر ٹپ

چاول پکاتے وقت اگر پانی نکالنے سے قبل اس میں ایک چمچ سرکہ یا لیموں کا رس ڈال دیں تو چاول کے دانے جڑتے نہیں ہیں۔

کارن رائس



ترکیب

- 1- چاول اُبال لیں۔
- 2- ایک پیٹن میں تیل ڈالیں اور لہسن کو باریک کاٹ کر لال کریں۔
- 3- پھر اس میں انڈہ پھینٹ کر ڈالیں۔
- 4- اس کے ساتھ دو عدد ہری پیاز باریک کاٹ کر ڈالیں اور اُبلے ہوئے مکئی کے دانے ڈالیں۔
- 5- اس کے بعد اس کو بھون لیں۔ 3-4 منٹ پکانے کے بعد اس میں چاول شامل کر دیں۔
- 6- اس کے اوپر دو سٹرساس، نمک اور کالی مرچ شامل کر دیں اور تھپڑ آٹھ پر اس کو اتنا مکس کریں کہ چاول فرانی ہو جائے اور سب چیزیں مکس ہو جائیں۔
- 7- آپ کے کارن رائس تیار ہیں۔

اجزاء

- چاول : 250 گرام
 مکئی : 1/2 کپ
 انڈے : 2 عدد
 ہری پیاز : 2 عدد
 دو سٹرساس : 2 چمچ
 نمک : حسب ذائقہ
 کالی مرچ : 1/2 چائے کا چمچ
 لہسن : 4 جوے
 تیل : 1/4 کپ

پریزنٹیشن

کارن رائس کی پلیٹ میں کئے ہوئے کھیرے اور سلاو کے پتوں سے سجا کر رائے کے ساتھ پیش کریں۔

شیف ذاکر ٹپ

چاولوں کو اُبالتے وقت چند نگڑے اور ک اور دھنیا ڈال دیں تو اس میں خوشبو پیدا ہو جائے گی۔

اورنج رائس

اورنج رائس بہت ہی مقبول فرنیچ ڈش ہے۔ اورنج پوری دنیا میں پایا جانے والا پھل ہے۔ اس کھانے کی نئی روایت صنعتی انقلاب سے شروع ہوئی۔ فرانس کے ایک ریستورنٹ میں سگترے سے چاول تیار کئے۔ جو بہت ہی مقبول ہوئے۔ شیف ڈاکر نے اسے اپنے خاص انداز اور ذائقے سے منفرد بنایا۔



ترکیب

- 1- ایک پاؤ چاول اُبال لیں۔ اس کے بعد تھوڑے سے پارسلے 2' ہری پیاز کاٹ لیں۔
- 2- انڈوں کو پھینٹ لیں۔
- 3- 2 اورنج چھیل کر ان کا گوہہ نکال لیں۔
- 4- 1/4 کپ تیل میں 2 جوے لہسن کے لال کریں پھر اس میں 3 عدد انڈے شامل کر لیں اور اس کو بھون لیں اب اس میں ہری پیاز اور پارسلے شامل کر لیں۔
- 5- ایک سے دو منٹ پکانے کے بعد اس میں اُبلے ہوئے چاول شامل کر دیں۔
- 6- اس میں نمک ڈالنے کے حساب سے شامل کریں اور 2 عدد اورنج کا گوہہ شامل کر لیں اور اس کو اچھے طریقے سے ملا لیں۔
- 7- چو لھے کی بوتلیز رکھیں تاکہ انڈا، چاول اور سبزی سب چیزیں یک جان ہو جائیں اور آپ کے چاول اچھی طرح فرائی ہو جائیں۔
- 8- مزیدار اورنج رائس تیار ہے۔

اجزاء

- اورنج : 250 گرام
پارسلے : 2 چمچ
ہری پیاز : 2 عدد
انڈے : 3 عدد
تیل : 1/4 کپ
نمک : حسب ذائقہ
سگترے : 2 عدد
لہسن : 2 جوے

پریزنٹیشن

پلیٹ میں ڈال کر شامی اور رائس کے ساتھ پیش کریں۔

شیف ڈاکر ٹپ

چاول اُبالنے سے پہلے بھگو کر رکھ دیں۔ اس سے پرانے چاول بہت اچھے پکتے ہیں۔



www.pkdigest.com

اسٹیکس

سبزی پکوڑا

مغلیہ دور میں پکوڑے بہت مشہور ہوئے۔ بعد میں اس لذیذ ڈش کو بہتر اور مزید لذیذ بنانے کے لیے طرح طرح کے تجربات کیے گئے۔ مختلف سبزیوں کو ملا کر بھی پکوڑے بنائے گئے۔ آخری مغل بادشاہ بہادر شاہ ظفر کو سبزی پکوڑے بہت پسند تھے۔



اجزاء

- بیس : 2 کپ
- آلو : 1 عدد
- پیاز : 1 عدد
- شملہ مرچ : 1 عدد
- بند گوبھی : 1/4 پھول
- پالک : چند پتے
- ثابت زیرہ : 1 چائے کا چمچ
- کنا ہوا زیرہ : 1 چائے کا چمچ
- کنا ہوا دھنیا : 1 چائے کا چمچ
- کٹی ہوئی لال مرچ : 1 چائے کا چمچ
- کھٹائی پاؤڈر : 1 چائے کا چمچ
- نمک : حسب ذائقہ
- تیل : فراوانی کے لیے

ترکیب

- 1- ایک پیالے میں تمام سبزیوں کے قتلے، پالک کے ثابت پتے اور تمام مصالحے ڈال کر مکس کر لیں۔
- 2- پانی ڈال کر گاڑھا آمیزہ بنالیں اور گرم تیل میں پکوڑوں کی شکل میں ڈال کر تیل لیں۔
- 3- سنہری ہو جانے پر پلیٹ میں نکال لیں

www.pkdigest.com

پریزنٹیشن

ایک پلیٹ میں سلاڈ کے پتے رکھ کر پکوڑوں کو فرنیچ فرائیز اور چلی ساس کے ساتھ پیش کریں۔

شیف ڈاکٹر ٹپ

پکوڑوں کے لیے بنائے گئے آمیزے کو فرنیچ میں رکھ کر پندرہ سے بیس منٹ کے لیے مہری میٹ کر لیں تاکہ آپ خستہ پکوڑے تیار کر سکیں۔

شامی کباب

شامی کباب سٹیکس میں سب سے زیادہ مقبول ڈش ہے۔ یہ تو نہیں کہا جاسکتا کہ اسے شامی کباب کیوں کہا جاتا ہے لیکن تقریباً پوری دنیا میں اپنے اپنے ذائقے اور تراکیب کے ساتھ شامی کباب ضرور بنائے جاتے ہیں۔



اجزاء

- قیمہ : 200 گرام
- پنے کی دال : 50 گرام
- لہسن : 3 جوے
- انڈے : 2 عدد
- ثابت گرم مصالحہ : حسب ضرورت
- ثابت لال مرچ : 6 سے 7 عدد
- بلدی : 1/2 چائے کا چمچ
- ادارک : 1 درمیانہ ٹکڑا
- جائفل جاوتری : 1/2 چائے کا چمچ
- نمک : حسب ذائقہ
- تیل : فراوانی کے لیے

ترکیب

- 1- ایک پین میں 3 چمچ تیل، 3 لہسن کے جوے اور ایک درمیانہ ٹکڑا ادارک کا شامل کریں۔
- 2- ایک سے دو منٹ تک پکائیں۔
- 3- اس کے بعد اس میں قیر شامل کریں۔
- 4- پیسے کو اتنا بھونیں کہ اس کا پانی خشک ہو جائے۔
- 5- اس کے بعد اس میں بھینگی ہوئی پننے کی دال 6 سے 7 عدد ثابت لال مرچ بلدی اور آدھی چائے کی چمچ جائفل جاوتری شامل کر دیں اور تھوڑا سا ثابت گرم مصالحہ، لونگ، بڑی الائچی، دارچین، کالی مرچ اور سفید زیرہ تھوڑا تھوڑا شامل کریں اور آدھا جب پانی شامل کریں۔
- 6- اب اس کو ٹانگی آٹچ پر پکنے کے لیے چھوڑ دیں۔
- 7- تقریباً 20 منٹ بعد دال کو چیک کریں۔
- 8- گل جانے کی صورت میں چو لھے کو تیز کر کے اس کا سارا پانی خشک کر لیں۔
- 9- جب اس کا سارا پانی خشک ہو جائے تو اس مکسچر کو پیس لیں۔ اس کے بعد اس کے کباب بنالیں اور 2 عدد انڈے پھینٹ کر کبابوں کو اس میں ڈبو کر پین میں تل لیں۔

پریزنٹیشن

سلاد کے پتوں پر پلیٹ میں سجا کر چلی ساس کے ساتھ پیش کریں۔

شیف ڈاکٹر ٹپ

اگر پیئرز زیادہ دیر تک محفوظ رکھنا ہو تو اس کے کٹے ہوئے کناروں پر مکھن لگا کر فریج میں رکھیں۔

پاؤبھاجی

اٹھارویں صدی میں جب یورپی ڈشز ہندوستان میں متعارف کرائی گئیں اور ہندوستانی کھانوں کو یورپی شکل دے کر پیش کیا جانے لگا تو یورپی کھانوں کو بھی مقامی طرز میں پیش کیا گیا۔ بیکری کی مصنوعات زیادہ تر یورپ سے ہندوستان میں منتقل ہوئیں اور انہیں مقامی کھانوں کی شکل دے دی گئی۔ جن میں سے فاسٹ فوڈز ”پاؤبھاجی“ بمبئی کی بہت مشہور ہے۔



اجزاء

- بیکری بن : 2 عدد
- آلو : 2 عدد (آبال لیں)
- مٹر : 1/2 پاؤ
- کٹنا ہوا زیرہ : 1/2 چائے کا چمچ
- کٹی ہوئی لال مرچ : 1/2 چائے کا چمچ
- نمک : حسب ضرورت
- ہلدی : 1/4 چائے کا چمچ
- رائی : 1/2 چائے کا چمچ
- کلوٹنجی : تھوڑی سی
- پیاز : 1 عدد
- ٹماٹر : 1 عدد

ترکیب

- 1- تین میں پیاز، ٹماٹر، زیرہ، کلوٹنجی اور رائی ڈال کر بھون لیں۔
- 2- پھر آلو، نمک، ہلدی، کٹی ہوئی لال مرچ، اور مٹر شامل کر کے مزید 2 منٹ پکا لیں۔
- 3- بن درمیان سے کاٹ لیں، بن کے درمیان میں سے گودا نکال کر توے پر سینک لیں۔
- 4- اب آلو اور مٹر کا بھر تین بن میں بھر کر گرم پیش کریں۔

پریزنٹیشن

پاؤبھاجی پلیٹ میں سجا کر ادراک گارلک ساس کے ساتھ پیش کریں۔

شیف ڈاکٹر پ

مٹر کے دانے اگر فریج کے بغیر محفوظ کرنا ہوں تو انہیں کسی برتن میں ڈال کر فریج میں جمالیں اور پھر برتن سے نکال کر لفافے میں ڈال کر فریج ہی میں محفوظ کر لیں۔

سیو بھاجی



ترکیب

- 1- پیالے میں پیاز، ٹماٹر، ہری مرچ، نمک، $\frac{1}{2}$ چائے کا چمچ چاٹ مصالحہ کٹی ہوئی لال مرچ، انار دانہ اور ہر ادھنیا۔ پودینہ ڈال کر مکس کر لیں۔
- 2- دوسرے پیالے میں دہی، ہری چٹنی، نمک اور $\frac{1}{2}$ چائے کا چمچ، چاٹ مصالحہ ڈال کر پھینٹ لیں۔
- 3- ایک اور پیالہ لے کر اس میں سیو کے ساتھ پیاز، ٹماٹر والا مصالحہ اور دہی اور ہری چٹنی والا مصالحہ مکس کر دیں۔ سیو بھاجی تیار ہے۔

اجزاء

- سیو : 1 پیالی
 پیاز : 1 عدد (باریک کاٹ لیں)
 ٹماٹر : 1 عدد (باریک کاٹ لیں)
 ادھنیا : حسب ضرورت
 پودینہ : حسب ضرورت
 ہری مرچ : 2 سے 3 عدد (باریک کاٹ لیں)
 نمک : حسب ذائقہ
 چاٹ مصالحہ : $\frac{1}{2}$ چائے کا چمچ
 انار دانہ : $\frac{1}{2}$ چائے کا چمچ
 کٹی ہوئی لال مرچ : $\frac{1}{2}$ چائے کا چمچ
 دہی : 1 کپ
 ہری چٹنی : 1 سے 2 چائے کے چمچ
 املی کا پانی : $\frac{1}{2}$ کپ

شیف ڈاکٹر ٹپ

نمک دانی میں چھوٹا سا لکڑی کا آن جلا کوئلہ ڈال دینے سے بھی نمک خشک رہتا ہے۔

چکن پکوڑا

مغل بادشاہ محمد شاہ رگپلا کو مرغ کا گوشت بہت پسند تھا۔ مرغ کے بے کھانے اس کے دسترخوان کا لازمی جز ہوتے تھے۔ اس کی پسند کو مد نظر رکھتے ہوئے اس کے خاندانوں نے مرغ کے گوشت کے پکوڑے بنائے جو اسے اتنے پسند آئے کہ اس نے اپنا قیمتی ہیروں کا بار خاندانوں کو انعام میں دے دیا۔



اجزاء

بون لیس چکن : $\frac{1}{2}$ کلو

بیسن : 2 کپ

کٹی ہوئی لال مرچ : 1 چائے کا چمچ

کٹنا ہوا زیرہ : 1 چائے کا چمچ

کٹنا ہوا دھنیا : 1 چائے کا چمچ

پسی ہوئی کھٹائی : 1 چائے کا چمچ

انار دانہ : 2 چائے کا چمچ

نمک : حسب ذائقہ

تیل : فراٹی کے لیے

ہرا دھنیا پودینہ : $\frac{1}{4}$ $\frac{1}{4}$ گلدی

ترکیب

1- چکن ٹکڑوں میں کاٹ لیں۔

2- ایک پیالے میں بیسن، چکن، ہرا دھنیا، پودینہ اور تمام مصلے ڈال کر مکس کر لیں اور پانی ڈال کر گاڑھا آمیزہ بنالیں۔

3- اب گرم تیل میں پکوڑوں کی شکل میں ڈال کر تیل لیں۔

4- سنہری ہو جانے پر پلیٹ میں نکال کر چٹنی کے ساتھ پیش کریں۔

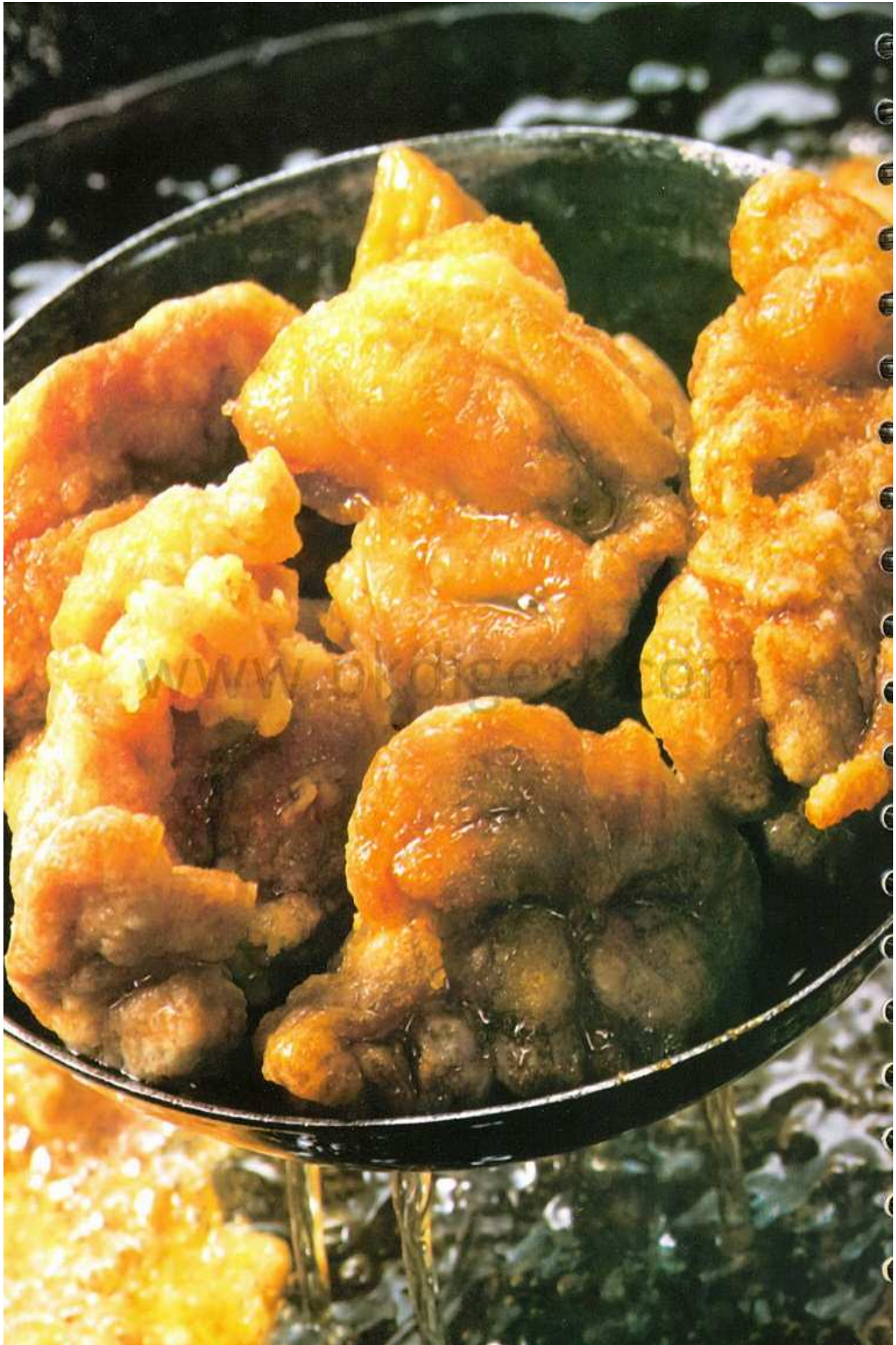
www.pkdigest.com

پریزنٹیشن

ایک پلیٹ میں سلاڈ کے پتے رکھ کر پکوڑے، فرنیچ فرائیز اور ہرے دھنیے کی چٹنی یا اورک گارلک ساس کے ساتھ پیش کریں۔

شیف ڈاکٹر پ

پکوڑوں کو نرم اور خستہ بنانے کے لیے چٹکی بھر بیکنگ پاؤڈر (میٹھا سوڈا) آمیزے میں ڈال دیں۔



پکوڑے

مغلیہ دور میں ایک دعوت میں شاہی خانساماں نے مین، سبزی اور مصالحوں سے بنی ہوئی فرائیڈ ڈش تیار کی جسے بہت پسند کیا گیا۔ یہی ڈش عام لوگوں میں بہت مشہور ہوئی اسے پکوڑے کا نام دیا گیا۔



ترکیب

- 1- ایک پیالے میں مین، تمام مصالحے، کھانے کا سوڈا، پیاز، دھنیا اور پودینہ ڈال دیں اور پانی شامل کر کے گاڑھا کچر بنالیں۔
- 2- مکس ہو جانے پر پکوڑوں کی شکل میں گرم تیل میں ڈال کر تیل لیں۔
- 3- مزیدار پکوڑے تیار ہیں

اجزاء

- مین : 1½ پاؤ
پیاز : 2 عدد
دھنیا، پودینہ : ½ ½ گڈی
ہری مرچ : 2 سے 3 عدد
کٹا ہوا دھنیا : 1 کھانے کا چمچ
زیرہ : 1 کھانے کا چمچ
کھانے کا سوڈا : ½ چائے کا چمچ
کٹی ہوئی ال مرچ : 1 کھانے کا چمچ

www.pkdigest.com

پریزنٹیشن

ایک پلیٹ میں سلاڈ کے پتوں کو رکھ کر اس پر پکوڑے اور فرنیچ فرائیز رکھ دیں۔ ٹماٹو کچھ اپ یا چلی ساس کے ساتھ پیش کریں۔

شیف ڈاکٹر ٹپ

اگر فرنیچ پن میں گھی بہت زیادہ چڑھ کرے تو اس میں ایک چمکی میدہ یا آنا چھڑک دیں چڑھ نہ ہو جائے گی۔



سیب پکوڑا

سیب یورپ اور ایشیا کا مشہور پھل ہے۔ جب انگریز ہندوستان آئے تو اپنے ساتھ یورپ کے کھانے بھی لائے۔ لیکن یہاں کے سائسی کھانے ان کی توجہ کا خاص مرکز بنے۔ اپنی علیحدہ شناخت قائم رکھنے کے لیے انگریزوں نے یورپی اور ہندوستانی کھانوں کی ترکیب کو یکجا کر دیا۔ مدراس کے گورنر کے خانہ ماں نے اس کے لیے سیب کے پکوڑے بنائے جو بہت پسند کیے گئے۔



ترکیب

- 1- ہر ادھنیا، پودینہ اور ہری مرچیں باریک کاٹ لیں۔
- 2- ایک پیالے میں سیب، ہر ادھنیا، پودینہ، ہری مرچیں، ٹیسن اور تمام مصالحے ڈال کر کس کر لیں اور پانی ڈال کر گاڑھا آمیزہ بنالیں۔
- 3- گرم تیل میں پکوڑوں کی شکل میں ڈال کر تیل لیں، سنہری ہو جانے پر پلیٹ میں نکال لیں۔
- 4- مزیدار سیب کے پکوڑے تیار ہیں۔

اجزاء

- ٹیسن : 1-1/2 کپ
سیب : 2 عدد (چھیل کر کاٹ لیں)
کٹی ہوئی لال مرچ : 1 چائے کا چمچ
کٹا ہوا ادھنیا : 1 چائے کا چمچ
ٹمک : حسب ذائقہ
تیل : فرائی کے لیے
کٹا ہوا آمیزہ : 1 چائے کا چمچ
ہر ادھنیا : حسب ضرورت
انار دانہ : 1 کھانے کا چمچ
ہری مرچ : 2 سے 3 عدد
تیل : فرائی کے لیے

پریزنٹیشن

ایک پلیٹ میں سلاڈ کے پتے اور ہرے دھنیے کے ساتھ سجا کر ٹماٹو کچپ یا چلی ساس کے ساتھ گرم پیش کریں۔

شیف ڈاکٹر پ

فریج فرائیز بنانے کے لیے ایک بین میں میدہ لے کر اس میں ٹمک اور آدھا چمچ کالی مرچ ڈال دیں۔ کٹے ہوئے آلوؤں کو ابلتے ہوئے پانی میں تین چار منٹ تک اُبالیں اور پھر ٹھنڈے پانی سے دھو لیں۔ پھر آلوؤں پر میدہ چھڑک کر فرائی کر لیں۔



آلو کی چٹنی

برصغیر پاک و ہند میں آلو انگریزوں نے متعارف کرایا۔ ریاست حیدرآباد کے حکمران کے خاندانوں نے ایک دعوت میں آلو سے چٹنی تیار کی کیونکہ اس میں بہت سارے انگریز مدعو تھے، یہ ڈش خاص طور پر انگریزوں کے ٹیبلٹ کو مد نظر رکھتے ہوئے تیار کی گئی۔ جسے انگریز مہمانوں نے بہت پسند کیا۔

ترکیب

- 1- فرائی بین میں آئل ڈال کر گرم کریں۔
- 2- اس میں آلو بخارو، پسا ہوا دھنیا، ہری مرچ، چٹنی، ثابت زیرہ، پس ہوئی کھٹائی چاٹ مصالحہ، لال مرچ، نمک اور پانی ڈال کر پکالیں۔
- 3- اب آلو ڈال کر تھوڑی دیر پکالیں اور آخر میں دھنیے اور پودینے سے سجا کر پیش کریں۔

اجزاء

- آلو : 2 عدد (اُبلے ہوئے)
 آلو بخارو : 100 گرام یا آدھا پاؤ
 نمک : حسب ضرورت
 لال مرچ : 1 چائے کا چمچ
 چاٹ مصالحہ : 1/2 چائے کا چمچ
 ثابت زیرہ : 1/2 چائے کا چمچ
 پس ہوئی کھٹائی : 1/2 چائے کا چمچ
 پسا ہوا دھنیا : 1/2 چائے کا چمچ
 چٹنی : 3 چائے کے چمچ
 دھنیا پودینہ : حسب ضرورت
 ہری مرچ : 3 عدد

پریزنٹیشن

پلیٹ میں ڈال کر ہرے دھنیے اور پودینے سے سجا کر پیش کریں۔

شیف ڈاکٹر ٹپ

اگر میٹھا آلو چھیل کر نصف گھنٹے تک انہیں نمک لگا پڑا رہنے دیں تو پکنے کے بعد ان کی مٹھاس کم ہو جائے گی۔

بیسنی پکوڑے

پکوڑے ہر دور میں لوگوں کا من پسند کھانا ہے برصغیر پاک و ہند سے لے کر یورپ اور دوسرے ممالک میں بھی فرائیزر مقبول ہیں۔ لیکن پکوڑے ہر موسم میں نہیں کھائے جاتے بارش کی ہلکی پھلکی ریم جھم ہو پکوڑے اور چائے کے تناسب سے ایک خوشگوار ماحول بنایا جاسکتا ہے۔ پکوڑے کئی قسم کے تیار کئے جاتے ہیں جن میں بیسن اس کا خاص جز ہے بعض اوقات میدے اور کارن فلار سے بھی فرائیزر تیار کئے جاتے ہیں مگر جو لطف بیسنی پکوڑوں کا ہے وہ کسی اور میں نہیں۔



ترکیب

- 1- پیاز کاٹ لیں۔
- 2- ایک پیالے میں پیاز، دھنیا، پودینہ، بڑی مرچ، بیسن اور تمام مصالحے ڈال کر مکس کر لیں۔
- 3- پانی ڈال کر آمیزہ بنالیں اور گرم تیل میں پکوڑوں کی شکل میں ڈال کر تیل لیں۔
- 4- ادراک، دھنیا اور پودینے سے سجا کر پیش کریں۔

اجزاء

- بیسن : 1 کپ
 کئی موٹی لال مرچ : 1/2 چائے کا چمچ
 سوڈا : 1/4 چائے کا چمچ
 پیاز : 2 عدد
 دھنیا : 1/2 گڈی
 پودینہ : 1/2 گڈی
 بڑی مرچ : 2 سے 3 عدد
 دھنیا پودینہ : حسب ضرورت
 زیرہ : 1/2 چائے کا چمچ
 نمک : حسب ذائقہ

پریزنٹیشن

ٹما تو کیچ اپ اور اعلیٰ کی چٹنی کے ساتھ سرو کریں

شیف ڈا کر ٹپ

آمیزے کو پندرہ بیس منٹ کے لئے فرج میں رکھ دیں تو پکوڑے مزید خستہ نہیں گے۔



پیزا کی ڈو

رومن بریڈ بنانے کے لیے میدے کو مختلف اجزاء میں کس کر کے بڑے تندر میں پکا یا کرتے تھے۔ جسے دسترخوان پر مختلف کھانوں کے ساتھ استعمال کیا جاتا تھا۔ بعد میں اسے مختلف مصالحات لگا کر پکا یا جانے لگا۔ جس سے پیزا وجود میں آیا۔

ترکیب

- 1- آدھا کپ گرم پانی میں خمیر اور بیکنگ پاؤڈر شامل کریں۔
- 2- اسے 4 سے 5 منٹ تک پڑا رہنے دیں۔ تاکہ جھاگ اوپر آجائے۔
- 3- میدے میں باقی اجزاء شامل کر کے خمیر کا آمیزہ بھی شامل کر دیں۔
- 4- میدے کو ہاتھ کی مدد سے گوندھ لیں۔
- 5- میدہ گوندھتے وقت اس بات کا خاص خیال رکھیں کہ وہ بہت زیادہ نہ سخت ہونہ ہی نرم ہو۔
- 6- ڈو گوندھ کر لمبل کے گیلے کپڑے سے ڈھک کر بچن میں رکھ دیں۔
- 7- دو سے تین گھنٹے تک پڑا رہنے دیں۔ میدہ گنا ہو جائے گا۔
- 8- اسے دوبارہ ہاتھ سے دبا دبا کر گوندھ لیں۔
- 9- اور پھر پیزا تیار کریں۔

اجزاء

- میدہ : 4 کپ
- نمک : حسب ذائقہ
- خمیر : 1 کھانے کا چمچ
- بیکنگ پاؤڈر (میٹھا سوڈا) : 1 چائے کا چمچ
- دودھ : 1 کپ
- تیل : حسب ضرورت
- انڈہ : 1 عدد
- مکھن : 3 کھانے کے چمچ

شیف ڈاکٹر ٹپ

انڈوں کی صحت جانچنا ہو تو انہیں پانی میں ڈالیں۔ تازے انڈے تہ میں چلے جائیں گے۔ دو تین دن پرانے تہ میں کھڑے رہیں گے اور خراب انڈے سطح تک تیرنے لگیں گے۔

تندوری چکن پیزا

پیزا اٹالین ڈش ہے جو پوری دنیا میں مشہور ہے۔ اسے ہر علاقے کے ٹیمپ کے مطابق پکایا جاسکتا ہے۔ پاکستان اور انڈیا میں چٹ پٹے مصالحے دار کھانے پکائے جاتے ہیں۔ بیسویں صدی میں پاکستان میں پیزا اتندور میں بھی پکایا جانے لگا، کیونکہ بہت سارے لوگ اوون نہیں رکھتے تھے۔ الگ اور منفرد ذائقہ ہونے کی وجہ سے بہت مشہور ہو گیا۔



ترکیب

- 1- سب سے پہلے مرغی کو تمام مصالحے کے ساتھ 8/10 منٹ تک پکالیں۔
- 2- اس کے بعد پیزے کی ڈوکو تیل کر نما ٹوپ پیٹ اور اور پیکانو روز میری لگا کر اس کے اوپر مصالحہ والی چکن اور باقی سبزیاں پھیلا دیں۔
- 3- سب سے آخر میں موزریلا چیز، زیتون اور ٹماٹر کے قسے لگا دیں۔ اس کو اوون میں 10 سے 12 منٹ کے لیے رکھ دیں اوون کا ٹمپریچر 180o ہونا چاہیے۔

پریزنٹیشن

پلیٹ میں سلاڈ پتوں پر رکھ کر ادورک گارلک ساس یا ٹماٹو کیچ اپ کے ساتھ پیش کریں۔

شیف ڈاکٹرپ

چھری کو ابلے ہوئے پانی میں ڈبو کر اس سے پیزا کو کاٹا جائے تو پیزا آسانی سے کٹ جاتا ہے۔

اجزاء

بون لیس چکن : 200 گرام
پسی لال مرچ : 1 کھانے کا چمچ
ہلدی پاؤڈر : 1 چائے کا چمچ
گرم مصالحہ پاؤڈر : 1 چائے کا چمچ
زیرہ پاؤڈر : 1 چائے کا چمچ
نمک : حسب ذائقہ
ادورک لیس کا پیٹ : 1 کھانے کا چمچ
دہی : 100 گرام
تیل : حسب ضرورت

ٹاپنگ

شملہ مرچ : 1 عدد
پیاز : 1 عدد
ٹماٹر : 1 عدد
کالازیتون : 6 سے 8 عدد
ٹماٹو پیوری : 1 کپ
اور پیکانو : حسب ضرورت 1/2 چائے کا چمچ
روز میری : حسب ضرورت 1/2 چائے کا چمچ
نمک : حسب ذائقہ
تیل : 4 کھانے کے چمچ
کالی مرچ : حسب ضرورت
سفید مرچ : حسب ضرورت
موزریلا چیز : 1 پکٹ
پارسلے (اچوائن خراسانی) : 1 گلدی



مارگریٹا پیزا

ہیزاروں صدیوں میں مغرب آدمی کی خوراک کے نام سے یاد کیا جاتا تھا۔ کہا جاتا ہے کہ کوئین مارگریٹا نے اس کے بارے میں سنا اور کھانے کی آرزو ظاہر کی۔ ہیزار کھانے کے بعد کوئین نے اسے بہت پسند کیا۔ یہ ہیزار بعد میں "مارگریٹا پیزا" کے نام سے مشہور ہوا۔



اجزاء

- شملہ مرچ : 1 عدد
- پیاز : 1 عدد
- ٹماٹر : 1 عدد
- کالازیتون : 6 عدد
- ہبز زیتون : 6 عدد
- Baby corn : 1/2 کپ
- ہٹن شروم : 1/2 کپ
- ہری مرچ : 6 سے 8 عدد
- مسٹر : 1/2 کپ
- پارسلے (اجوائن خراسانی) : 1 گدنی
- موزر یلا چیز : 1 پیکٹ

ترکیب

- 1- اس کا طریقہ بھی تندوری ہیزار کا سا ہے۔ اس میں ہم نے ڈوکوبیل کر اوپر تمام ہبز یوں کی ایک تہ اور اس سے پہلے ٹماٹو پوری کی ایک تہ لگائیں۔ پھر موزر یلا چیز کی ٹاپنگ کر دیں۔
- 2- اس کو اُون میں اُسی ٹائمنگ کے ساتھ (جو تندوری ہیزار کی ہے) رکھ دیں۔
- 3- آپ کا مارگریٹا پیزا تیار ہے۔

www.pkdigest.com

پریزنٹیشن

ہیزارے کو پلیٹ میں رکھ کر کسی ایک طرف چند پتے ہرے دھنیے اور پودینے سے سجا کر چلی ساس کے ساتھ پیش کریں۔

شیف ڈاکٹر ٹپ

لیموں ملے پانی کو اگر ہبز یوں پر چھڑکا جائے تو پتوں والی ہبز یوں میں نئی جان پیدا ہو جاتی ہے۔

دال چنا

دال چنا سب سے زیادہ کھائی جانے والی دال ہے۔ اسے پکانے کے کئی طریقے ہیں۔ جن میں چنے کی دال گوشت اور چنے کی دال گھیا اس کے علاوہ چنے کی دال کا حلوہ ایک مرغوب دیش ہے۔ اس کا تعلق جنوبی ایشیاء سے ہے۔ اسے مصالحے ڈال کر اسٹیکس کے طور پر بھی کھایا جاسکتا ہے۔



ترکیب

- 1- چنے کی دال اُبال لیں۔
- 2- ایک پیالے میں چنے کی دال، نمائز، جری مرق، ہرا دھنیا، پودینہ، پیاز اور تمام مصالحے ڈال کر مکس کر لیں اور لیموں کا رس ڈال کر پیش کریں۔

اجزاء

چنے کی دال : 1 کپ (اُبال لیں)

نمائز : 1 عدد (باریک کاٹ لیں)

پیاز : 1 عدد (باریک کاٹ لیں)

جری مرق : 2 عدد (باریک کاٹ لیں)

ہرا دھنیا، پودینہ : حسب ضرورت

نمک : حسب ذائقہ

چاٹ مصالحہ : ½ چائے کا چمچ

پسی ہوئی کھٹائی : ½ چائے کا چمچ

کٹی ہوئی لال مرق : ½ چائے کا چمچ

لیموں : 1 عدد (رس نکال لیں)

پریزنٹیشن

دال چنا پلیٹ میں ڈال کر ہرے دھنیے کے پتوں، کٹے ہوئے لیموں اور نمائز سے سجا کر پیش کریں۔

شیف ڈاکٹر ٹپ

چنے کی دال کو آدھا گھنٹہ پانی میں بھگو کر رکھ دیں، دال جلدی اُبل جائے گی۔

مُونگ مسور کی دال

مُونگ اور مسور کا تعلق جنوبی ایشیا سے ہے۔ یہ دالیں یہاں صدیوں سے استعمال ہو رہی ہیں۔ اسلام سے قبل ہندوستان کے لوگ زیادہ تر سبزیوں اور دالوں پر ہی گزارا کرتے تھے۔ ہندو راجہ چندر گپت مسور یہ دال بہت پسند کیا کرتا تھا۔



اجزاء

مُونگ مسور کی دال : 150 گرام

نمائر : 1 عدد

پیاز : 1 عدد

اورک لہسن پیٹ : 1 کھانے کا چمچ

بلدی : 1/2 کھانے کا چمچ

پسی ہوئی لال مرچ : 1/2 چائے کا چمچ

گرم مصالحہ : 1/2 چائے کا چمچ

نمک : حسب ذائقہ

تیل : حسب ضرورت

تذکرہ

ثابت زیرہ : 1 چائے کا چمچ

لہسن : 4 جوے

پیاز : 1 عدد

تیل : حسب ضرورت

ترکیب

1- مُونگ اور مسور کی دونوں دالیں ایک پیالے میں ڈال کر دھو لیں۔

2- پین میں تھوڑا سا تیل ڈال کر گرم کر لیں۔

3- پیاز کاٹ لیں اور گرم تیل میں ڈال کر ہلکے براؤن کر لیں، اس میں اورک لہسن

کا پیٹ شامل کر لیں۔

4- کھلے ہوئے نمائر بھی ڈال دیں اور نمائر گل جانے تک بھون لیں۔

5- اب پسا ہوا گرم مصالحہ، بلدی، پسی ہوئی لال مرچ ڈال دیں۔

6- تھوڑا سا بھوننے کے بعد پانی اور دال ڈال کر پکنے کے لیے رکھ دیں۔

7- آخر میں نمک ڈال دیں۔

تذکرہ

1- پین میں 1/3 کپ تیل ڈال کر گرم کر لیں اور لہسن پیاز کے پتلے سلاکس کر کے

ڈال دیں۔

2- پیاز اور لہسن ہلکے براؤن ہو جانے پر زیرہ ڈال دیں اور دال پر ڈال دیں۔

پریزنٹیشن

دال کو پیالے میں ڈال کر اورک کے باریک ٹکڑوں، ہری مرچوں اور ہرے دھنیے سے سجا کر چپاتی کے ساتھ پیش کریں۔

شیف ڈا کرٹپ

مسور کی دال پکاتے وقت اگر آخری چند منٹوں میں اس میں تھوڑا سا دودھ ڈال دیا جائے تو اس کے مضر اثرات ختم ہو جاتے ہیں۔

ماش کی دال کے دہی بڑے

مغل بادشاہ بابر گشت کے دوران دہلی کے ایک بازار سے گزرا تو ایک جگہ لوگوں کا ہجوم دیکھ کر وہاں گیا تو پتہ چلا وہ لوگ کچھ کھا رہے ہیں۔ وزیر نے بتایا کہ یہ لوگ دہی بڑے کھا رہے ہیں۔ بادشاہ نے کھانے کی خواہش ظاہر کی تو دکان دار ایک پیالے میں لے آیا۔ پچھنے پر بہت لذیذ لگے۔ اسے خاص انعام سے نوازا اور اپنے محل میں لے آیا۔



ترکیب

- 1- ماش کی دال بھگو لیں اور پانی ہٹا کر چپیں لیں۔
- 2- پیالے میں پسلی ماش کی دال، نمک، کھانے کا سوڈا، زیرہ اور پانی ڈال کر آمیزہ بنالیں اور گرم تیل میں بڑوں کی شکل میں ڈال کر تیل لیں۔
- 3- دہی میں چینی ڈال کر اچھی طرح پھینٹ لیں۔
- 4- دہی بڑے تیل سے نکال کر پانی میں ڈال دیں اور ہلکے ہاتھ سے نیچوڑ کر دہی میں شامل کر دیں۔
- 5- چین میں تیل، زیرہ، نمک، چاٹ مصالحہ اور پسلی ہوئی کھٹائی ڈال کر تڑکھ بنالیں اور دہی بڑوں پر ڈال کر پیش کریں۔

اجزاء

- ماش کی دال : 1/2 کپ
دہی : 1 پاؤ
نمک : حسب ذائقہ
چاٹ مصالحہ : 1/2 چائے کا چمچ
کھانے کا سوڈا : 1/4 چائے کا چمچ
زیرہ : 1/2 چائے کا چمچ
چینی : 3 کھانے کے چمچ
پسلی ہوئی کھٹائی : 1 چائے کا چمچ
کٹی ہوئی لال مرچ : 1/2 چائے کا چمچ
تیل : فراوانی کے لیے

پریزنٹیشن

دہی بڑوں کو باریک کٹے ہوئے تھوڑے سے دھنیے اور لیووں سے سجا کر پیش کریں۔

شیف ڈاکٹر ٹپ

اگر چاول بچ جائیں تو ان میں تھوڑا سا پانی، سفید زیرہ، نمک، مرچ ڈال کر ذرا سا پکائیں اور پھر ملیدہ سا بنا کر کسی ٹرے میں گھی لگا کر ہاتھ سے درمیانہ سائز کی بڑیاں بنانا کر رکھ لیں ان کو تیز دھوپ میں چند دن خشک کرنے کے بعد تیز گرم گھی میں تیل لیں۔ بے حد مزیدار بڑیاں بن جائیں گی۔



فرائڈ سینڈوچ

جب انگریز ہندوستان میں آئے تو بریڈ بھی ساتھ لائے اور یہاں کے باورچیوں نے اس بریڈ کو خاص مقامی رنگ دے دیا۔ ریاست حیدرآباد کے حکمران کے خانساماں نے اپنے مالک کے لئے ایک دن دوپہر کے کھانے میں فرائڈ سینڈوچ بنائے۔ انگریزی کھانے کا یہ ہندوستانی رنگ اور لذت بہت پسند کیا گیا۔

ترکیب

- 1- قہیے میں نمک، چاٹ مصالحہ، دھنیا اور پودینہ ڈال کر کس کر لیں۔
- 2- انڈہ پھینٹ لیں، ڈبل روٹی کے سلائس پر قہیے کا آمیزہ پھیلائیں اور چلی سائیڈ انڈے میں ڈپ کر کے پین میں ڈال دیں۔ بچا ہوا انڈہ سینڈوچ کے اوپر ڈال دیں۔
- 3- ہلکے براؤن ہو جانے پر پلٹ دیں اور دونوں اطراف سنہری ہو جانے پر پلیٹ میں نکال کر پیش کریں۔

اجزاء

- باریک قہیہ : 1/2 پاؤ
 ڈبل روٹی : 2 سلائس (کنارے کاٹ لیں)
 انڈہ : 1 عدد
 دھنیا : حسب ضرورت
 پودینہ : حسب ضرورت
 چاٹ مصالحہ : 1/2 چائے کا چمچ
 نمک : حسب ذائقہ
 تیل : حسب ضرورت

www.pkdigest.com

پریزنٹیشن

پلیٹ میں سلا دیتے اور کھیرے سے سجا کر چلی گارلک ساس کے ساتھ پیش کریں۔

شیف ڈاکٹر پ

سینڈوچ صرف ہلکے براؤن کریں۔ قہیے کی جگہ باریک کٹنا ہوا پکین بھی استعمال کر سکتے ہیں۔

کلب سینڈوچ VOG

موجودہ دور میں زندگی کی رفتار میں تیزی آنے کی وجہ سے جھٹ پٹ تیار ہونے والے کھانوں کے تصور نے جنم لیا اور سینڈوچ برگر جیسی فاسٹ فوڈ کا استعمال یورپ میں زیادہ ہونے لگا۔ کلب سینڈوچ VOG یورپی اور ایشیائی خصوصیات کی حامل ڈش ہے۔



اجزاء

- بریڈ : 3 سلاکسز
- چکن : 1 بریٹ
- بیف : 4 سے 5 پارچے
- انڈے : 2 عدد
- چیز : چند سلاکسز
- کھیرا : آدھا
- نمائز : 1 عدد
- سلاد کے پتے : حسب ضرورت
- مایونیز : 1/2 کپ
- کالی مرچ : 1/4 چائے کا چمچ
- سفید مرچ : 1/4 چائے کا چمچ
- نمک : حسب ذائقہ
- دوسٹر ساس : 2 کھانے کے چمچ

ترکیب

- 1- چکن کے لمبے اور پتلے قٹتے کاٹ لیں۔
- 2- چکن کے ٹکڑوں پر سفید مرچ، کالی مرچ، نمک، دوسٹر ساس لگا کر اچھی طرح مکس کر لیں اور گرم تیل میں فرائی کر لیں۔
- 3- بریڈ پر مایونیز لگا کر چکن میں سینک لیں۔
- 4- بیف کے ٹکڑوں پر سفید مرچ، کالی مرچ، نمک ڈال کر saute کر لیں۔
- 5- انڈے میں نمک اور کالی مرچ ڈال کر تیل میں۔
- 6- کھیرے اور نمائز کے قٹتے کاٹ لیں۔
- 7- بریڈ پر سلاد کے پتے، چکن، کھیرے اور نمائز کے قٹتے رکھیں۔ بریڈ کا سلاکس لگا دیں پھر اوپر سے بیف، چیز، کھیرا، انڈہ، چکن، نمائز، مایونیز، سلاد کا پتہ لگا کر اوپر سے بریڈ کا سلاکس لگا دیں۔ نمک نے شکل میں کاٹ کر پیش کریں۔

پریزنٹیشن

پلیٹ میں سجا کر سلاد کے پتے سے گارنش کر کے نمائش آپ کے ساتھ پیش کریں۔

شیف ڈاکٹر ٹپ

ڈبل روٹی تازہ کرنے کے لئے پیکٹ کو گرم پانی کی دیکھی اوپر رکھ دیں۔ ڈبل روٹی تازہ ہو جائے گی۔

آلو بھرا پراٹھا



اجزاء

- میدہ : 1 کپ
 آلو : 1 سے 2 عدد
 پیاز : 1 عدد
 نمک : حسب ذائقہ
 کٹی ہوئی لال مرچ : 1 چائے کا چمچ
 دھنیا، پودینہ : حسب ضرورت
 کدوئی : 1/2 چائے کا چمچ
 رانی : 1/4 چائے کا چمچ
 کھانے کا سوڈا : 1/4 چائے کا چمچ
 تیل : حسب ضرورت

ترکیب

- 1- میدے میں نمک، کھانے کا سوڈا ڈال کر پانی شامل کر کے گوندھ لیں۔
- 2- بین میں تھوڑا سا تیل، ایلے ہوئے آلو کے ٹکڑے، نمک، کدوئی، رانی، کھانے کا سوڈا اور کٹی ہوئی لال مرچ اور دھنیا پودینہ ڈال کر بھون لیں۔
- 3- اب گندھے ہوئے آلے کی روٹی بنالیں اور اس میں آلو کے بھرتے کی تیدے کر پراٹھا بنالیں۔
- 4- پراٹھا گرم توتے پر ڈال لیں تھوڑا تھوڑا تیل لگائیں جب دونوں جانب سے اچھی طرح سرخ ہو جائے تو گرما گرم پیش کریں۔

پریزنٹیشن

آلو بھرے پراٹھے کو بری چٹنی اور دہی کے رائے کے ساتھ گرما گرم پیش کریں۔

شیف ڈاکریٹ

اگر آلو بالٹے وقت ایلنے والے پانی میں ایک چائے کا چمچ سرکہ ڈال دیا جائے تو وہ سفید اور نرم رہتے ہیں۔

قیم کے سمو سے



اجزاء

قیمہ : 1/2 پاؤ

پیاز : 1 عدد

ہر ادھنیا : حسب ضرورت

ہری مرچ : 2 سے 3 عدد

بلدی : 1/4 چائے کا چمچ

گٹی ہوئی لال مرچ : 1/2 چائے کا چمچ

دھنیا پاؤڈر : 1/2 چائے کا چمچ

زیرہ : 1/2 چائے کا چمچ

تمک : حسب ذائقہ

میدہ : 1 کپ

ادرک : 1 ٹکڑا (درمیانہ سائز)

لہسن : 2 سے 3 عدد

تیل : 2 کھانے کے چمچ

تیل : فراہمی کے لیے

ترکیب

- 1- میدے میں زیرہ، تمک، تیل اور پانی ڈال کر گوندھ لیں۔
- 2- گرم تیل میں ادرک لہسن ڈال کر saute کر لیں۔
- 3- پیاز اور قیمہ ڈال دیں اور تمام مصالحے ڈال کر اتنا پکائیں کہ قیمہ گل جائے ہری مرچ اور ہر ادھنیا ڈال کر مکس کر لیں اور چوبے سے اتار کر ٹھنڈا کر لیں۔
- 4- میدے کی لمبی روٹی بنالیں اور چھری سے دو ٹکڑوں میں کاٹ لیں اور قیمہ بھر کر سمو سے کی طرح لپیٹ لیں۔
- 5- گرم تیل میں ڈال کر تیل لیں۔

پریزنٹیشن

املی کی چٹنی یا چلی کارلک ساس کے ساتھ پیش کریں۔

شیف ڈاکٹر ٹپ

سمو سے بنا کر فراہمی کرنے سے پہلے آدھا گھنٹہ تک فریج میں رکھ دیں تاکہ خستہ سمو سے بنیں۔ سمو پٹیاں بازار میں بآسانی بھی مل جاتی ہیں۔

سبزی کے رول

روٹز پوری دنیا میں مختلف انداز سے بنائے جاتے ہیں۔ یہاں سبزی روٹز کی یہ منفرد ترکیب تھوڑی ہٹ کے ہے۔



اجزاء

- مانڈا : آدھا پیکٹ
- شملہ مرچ : 1 عدد
- گاجر : 1 عدد
- گوہچی : 1/4 پھول
- ہری مرچ : 2 سے 3 عدد
- ہری پیاز : 1 عدد
- سویا ساس : 2 کھانے کے چمچ
- اویسٹر ساس : 2 کھانے کے چمچ
- گٹی ہوئی لال مرچ : 1 چائے کا چمچ
- نمک : حسب ضرورت
- تیل : فرائی کے لیے

ترکیب

- 1- تمام سبزیاں باریک کاٹ لیں۔
- 2- تیل لگا کر چین پکنا کر لیں، اس میں تمام کٹی ہوئی سبزیاں، سویا ساس اور اویسٹر ساس ڈال کر Saute کر لیں۔
- 3- اب نمک اور کٹی ہوئی لال مرچ بھی ڈال دیں۔
- 4- سبزیاں ٹھنڈی ہو جانے پر مائڈے کی پیٹوں میں بھر کر رول بنالیں اور گرم تیل میں ڈال کر تلیں

www.pkdigest.com

پریزنٹیشن

سلاو کے پتوں کو ایک پلیٹ پر پھیلا دیں اور اس پر سلیٹے سے روٹز رکھ کر نما کو بیچ آپ کے ساتھ پیش کریں۔

شیف ڈاکٹر پ

اگر گاجر محفوظ کرنی ہو تو اس کا اوپر والا سرا کاٹ دیں۔ ایسا کرنے سے گاجر کی نمی نکل جائے گی اور گاجر نرم ہو کر خشک ہونے لگے گی۔

ہمیں

آلو کے کوفتے

پاکستان میں آلو سے بے شمار کھانے تیار کیے جاتے ہیں۔ آلو کے کوفتے یورپ سے پاکستان میں متعارف ہوئے اور یہاں کے ذائقے میں ڈھل کر ایک منفرد طرز اختیار کر لیا۔



ترکیب

- 1- آلو بال کرچیں لیں۔
- 2- گاجر، شملہ مرچ اور پارسلے، بٹن مشرومزا اور ہری مرچ کاٹ لیں اور پسے ہوئے آلوؤں میں ملا دیں۔ نمک، کالی مرچ اور سفید مرچ بھی ڈال دیں۔
- 3- آلو کے آمیزے کے گول گول کوفتے بنالیں۔
- 4- انڈے میں ڈپ کر لیں اور بریڈ کریمز میں پلیٹ کر تیل لیں۔

اجزاء

- انڈہ : 2 عدد
بریڈ کریمز : حسب ضرورت
آلو : 3 عدد
گاجر : 1 عدد
شملہ مرچ : 1 عدد
پارسلے (جوان فراسانی) : 1/2 گڈی
ہری مرچ : 2 سے 3 عدد
بٹن مشرومزا : 4 سے 6 عدد
کالی مرچ : حسب ضرورت
سفید مرچ : حسب ضرورت
نمک : حسب ذائقہ

پریزنٹیشن

پلیٹ میں سلاڈ کے پتوں کے اوپر رکھ کر گئے ہوئے لیموں، ہری مرچ اور کٹے ہوئے ٹماٹر سے سجا کر پیش کریں۔

شیف ڈاکٹر ٹپ

اگر آلو کے چپس پلاسٹک کے لفافے میں بند کر کے رکھ دیئے جائیں تو وہ جلدی خراب اور نرم نہیں ہوتے ہیں۔

چیز سمو سے



اجزاء

- میدہ : 1 کپ
- نمک : حسب ذائقہ
- زیرہ : $\frac{1}{2}$ چائے کا چمچ
- تیل : 3 کھانے کے چمچ
- کامیج چیز : 1 پیکٹ (کش کر لیں)
- دھنیا پودینہ : حسب ضرورت

ترکیب

- 1- میدے میں نمک، تیل، زیرہ اور پانی ڈال کر گوندھ لیں اور تھوڑی دیر پرارہنے دیں۔
- 2- کامیج چیز کش کر لیں اور دھنیا اور پودینہ ڈال کر مکس کر لیں۔
- 3- گوندھے ہوئے میدے کے پیڑے بنا کر روٹیاں بنالیں اور کسی بھی گول سانچے سے کاٹ لیں۔
- 4- میدے کے گول ٹکڑوں میں کامیج چیز بھر کر فوڈ کر لیں اور سائینڈوں پر پانی لگا کر بند کر لیں اور گرم تیل میں ڈال کر تیل لیں۔

www.pkdigest.com

پریزنٹیشن

پلیٹ میں سلاڈ کے پتے پھیلا کر اس پر سمو سے ترتیب سے رکھ دیں اور چلی ساس کے ساتھ پیش کریں۔

شیف ڈا کر ٹپ

پنیر کش کرنے سے پہلے اس کو برف والے خانے میں رکھ کر جمالیں تو آسانی ہو جاتی ہے۔

مٹھی کباب

مٹھی کباب خالص پنجابی ڈش ہے۔ پنجاب کے لوگ شروع ہی سے نئے انداز کے کھانے پکانے اور اپنے منفرد انداز اور لذت کی وجہ سے مشہور ہیں۔ 1790ء میں لاہور کے ایک مقامی ڈھابے کے باورچی نے مٹھی سے کباب بنا کر تلے جو اتنے مشہور ہوئے کہ حکمران طبقہ بھی ان کو کھانے کے لیے آتا۔



ترکیب

- 1- قیچے میں پیاز، ٹماٹر، ہر ادھیا، پودینہ، ہری مرچ، نمک، زیرہ، چاٹ مصالحہ، کئی ہوئی لال مرچ، انار دانہ، انڈہ اور نمین ڈال کر اچھی طرح کس کر لیں۔
- 2- اب اس کو مٹھی میں دبا کر کباب بنالیں اور گرم تیل میں تل لیں۔
- 3- مزیدار کباب تیار ہیں

اجزاء

- نمین : 3 کھانے کے چمچ
 قیچہ : 1 پاؤ
 ہر ادھیا : حسب ضرورت
 ہری مرچ : 2 سے 3 عدد
 پودینہ : حسب ضرورت
 پیاز : 1 عدد
 ٹماٹر : 1 عدد (درمیانی)
 نمک : حسب ذائقہ
 زیرہ : 1/2 چائے کا چمچ
 چاٹ مصالحہ : 1/2 چائے کا چمچ
 انڈہ : 1 عدد
 کئی ہوئی لال مرچ : 1/2 چائے کا چمچ
 انار دانہ : 1/2 چائے کا چمچ
 تیل : فراوانی کے لیے

پریزنٹیشن

ثابت ہری مرچ، کٹے ہوئے ٹماٹر، لیموں اور کھیرے سے سجا کر ہری چٹنی اور ٹماٹو ساس کے ساتھ پیش کریں۔

شیف ڈا کرٹپ

آلیٹ بناتے وقت اگر اس میں رات کا بچا ہوا قیچہ، گوشت، ہنری کے کٹے ہوئے چھوٹے ٹکڑے، پیاز، ٹماٹر، ہری مرچ اور ہر ادھیا ملا دیں تو آلیٹ بے حد مزیدار بنتا ہے۔

فرائڈوانٹن

فرائڈوانٹن نمونما سوپ اور سلاڈ کے ساتھ سرو کئے جاتے ہیں خاص طور پر نمنا سوپ کے ساتھ۔



ترکیب

- 1- پیالے میں چکن کا قیر اور تمام مصالحے ڈال کر مکس کر لیں۔
- 2- دوسرے پیالے میں انڈہ، میدہ اور نمک ڈال کر پھینٹ لیں۔
- 3- اب چکن کا آمیزہ سمو سے کی پیڑوں میں بھر کر انڈے کے بنائے ہوئے آمیزے سے چپکالیں اور گرم تیل میں ڈال کر تیل لیں۔

اجزاء

انڈہ : 1 عدد

میدہ : 2 سے 3 چمچ

نمک : حسب ذائقہ

کئی ہوئی لال مرچ : ½ چائے کا چمچ

کالی مرچ : ½ چائے کا چمچ

سفید مرچ : ½ چائے کا چمچ

سمو سے کی پیڑیاں : 3 سے 4 عدد

چکن : ½ پاؤ (ہاتھ سے قیر ہٹائیں)

تیل : فرائی کے لیے

پریزنٹیشن

پلیٹ میں سلاڈ کے پتوں پر نکال کر فرنیچ فرائیز اور چلی گارلک ساس کے ساتھ پیش کریں۔

شیف ڈاکٹر ٹپ

انڈے اگر چونے کے پانی میں رکھ دیئے جائیں تو یہ ایک دو ہفتہ خراب نہیں ہوتے ہیں۔

آلو کے سمو سے



اجزاء

- آلو : 3 عدد (اُبال لیں)
- پیاز : 1 عدد
- ہر ادھنیا : حسب ضرورت
- ہری مرچ : 2 سے 3 عدد
- بلدی : $\frac{1}{2}$ چائے کا چمچ
- کٹی ہوئی لال مرچ : $\frac{1}{2}$ چائے کا چمچ
- دھنیا پاؤڈر : $\frac{1}{2}$ چائے کا چمچ
- زیرہ : $\frac{1}{2}$ چائے کا چمچ
- نمک : حسب ذائقہ
- میدہ : 1 کپ
- تیل : 4 کھانے کے چمچ
- تیل : فرائی کے لیے

ترکیب

- 1- میدے میں زیرہ، نمک، تیل اور پانی ڈال کر گوندھ لیں۔
- 2- ایک پیالے میں آلو، دھنیا، پودینہ اور تمام مصالحے ڈال کر اچھی طرح مکس کر لیں۔
- 3- میدے کی لمبی روٹی بنالیں اور چھری سے کاٹ کر دو ٹکڑوں میں کاٹ لیں آلو کا مصالحہ بھر کر سمو سے کی طرح پٹیٹ لیں۔
- 4- گرم تیل میں ڈال کر تیل لیں۔

پریزنٹیشن

پٹیٹ میں سجا کر چلی گارک ساس یا آلو پنوں کے ساتھ پیش کریں۔

شیف ڈاکٹر ٹپ

سہزیاں ہمیشہ جسمی آئچ پر پکائیں ان سے ان کی لذت خراب نہیں ہوتی ہے۔

چکن رول



ترکیب

- 1- چین میں تیل، ادورک، لہسن، مرغی کے پیس، پیاز، گاجر، شملہ مرغ، بند گوبھی ہر پیاز، نمک، کٹی ہوئی لال مرغ، کالی مرغ، کھنائی اور پسی لال مرغ ڈال کر Saute کر لیں۔
- 2- چین میں تیل لگا کر چکنا کر لیں، اور پیٹا بریڈ سینک لیں۔
- 3- اب پیٹا بریڈ پر آمیزہ رکھ کر رول بنالیں اور گرم تیل ہلکا سا میں تل لیں۔

اجزاء

- پیٹا بریڈ : 2 روٹیاں
 مرغی : 1 پاؤ (مرغی کے ہارکے ہیں کر لیں)
 ادورک : 1 ٹکڑا (درمیانہ سائز)
 لہسن : 2 سے 3 جوے
 شملہ مرغ : آدھی
 گاجر : آدھی
 بند گوبھی : تھوڑی سی
 ہر پیاز : 2 عدد
 نمک : حسب ذائقہ
 کٹی ہوئی لال مرغ : 1/2 چائے کا چمچ
 پسی ہوئی کھنائی : 1/2 چائے کا چمچ
 پسی ہوئی لال مرغ : 1/2 چائے کا چمچ
 کالی مرغ : حسب ضرورت
 تیل : فرائی کے لیے
 تیل : 2 کھانے کے چمچ

پریزنٹیشن

پلیٹ میں سلاڈ کے پتوں پر رول نکال کر نما نوکچ اپ کے ساتھ پیش کریں۔

شیف ڈا کرپٹ

اگر آپ کا فرائی چین چکنا ہو جائے تو اس میں پانی اور نمک ڈال کر بواہل کریں پھر کاغذ یا ٹشو پیپر سے رگڑ کر خشک کر لیں۔ فرائی چین صاف ہو جائے گا۔

آلوڑہ



اجزاء

- آلو : $\frac{1}{2}$ کلو (بال لیں)
 بیسن : $\frac{1}{2}$ پاؤ
 ثابت زیرہ : $\frac{1}{2}$ چائے کا چمچ
 ہر ادھیا، پودینہ : حسب ضرورت
 پیاز : 1 عدد (باریک کاٹ لیں)
 کٹی لال مرچ : 1 چائے کا چمچ
 پس ہوئی کھٹائی : $\frac{1}{2}$ چائے کا چمچ
 رائی : $\frac{1}{4}$ چائے کا چمچ
 نمک : حسب ذائقہ

ترکیب

- 1- ابلے ہوئے آلو ہاتھ سے مسل لیں۔
- 2- بیسن میں نمک، ادھیا، پس ہوئی کھٹائی، کٹی ہوئی لال مرچ اور پانی ڈال کر آمیزہ بنالیں۔
- 3- ابلے ہوئے آلوؤں میں ادھیا، پودینہ، ہری مرچ، پیاز، زیرہ، نمک، کلوچی، رائی اور کٹی ہوئی لال مرچ ڈال کر مکس کریں اور چھوٹی چھوٹی بالز بنالیں اور بیسن کے آمیزے میں ڈپ کر کے گرم تیل میں تلیں۔

www.pkdigest.com

پریزنٹیشن

آلوڑے ایک پلیٹ میں ترتیب سے رکھ کر پودینے کے پتوں، کٹے ہوئے لیموں اور ٹماٹر کے قٹوں سے سجا کر ہری چٹنی یا مٹی کی چٹنی کے ساتھ پیش کریں۔

شیف ڈاکٹر پ

آلو کے چپس تیلے وقت اگر گھی میں ایک چمکی نمک ڈال دیا جائے تو وہ سہرے ہو جاتے ہیں۔

میں

دہی پھلکی



ترکیب

- 1- ایک پیالے میں مین، کھانے کا سوڈا، نمک اور کئی ہوئی لال مرچ ڈال کر مکس کر لیں۔
- 2- پانی شامل کر کے آمیزہ بنالیں اور گرم تیل میں ڈال کر فرائی کر لیں۔
- 3- سنہری ہو جانے پر کڑا سی سے نکال کر پانی میں ڈال دیں تاکہ تیل نکل جائے۔
- 4- دہی پھینٹ لیں، نمک اور چینی ڈال کر مکس کر لیں۔
- 5- پھلکیاں ہلکے ہاتھ سے نچوڑ کر دہی میں ڈال دیں۔
- 6- مزید اردہی پھلکی تیار ہے۔

اجزاء

مین : 1 کپ

دہی : 1 پاؤ

چینی : 2 سے 3 کھانے کے چمچ

کئی ہوئی لال مرچ : حسب ضرورت

نمک : حسب ذائقہ

کھانے کا سوڈا : ¼ چائے کا چمچ

تیل : فرائی کے لیے

www.pkdigest.com

پریزنٹیشن

دہی پھلکی ایک پیالے میں ڈال کر ہرے دھینے اور کٹے ہوئے لیموں سے سجا کر پیش کریں۔

شیف ڈاکٹر ٹپ

پانی میں سرکہ ملا کر سبزیوں پر چھڑکنے سے بھی سبزیاں جلد خراب نہیں ہوتی ہیں۔



دہی پھلکی (ترکے والی)

اجزاء

بیس : 1 کپ

دہی : 1 پاؤ

ثابت زیرہ : $\frac{1}{2}$ چائے کا چمچ

کٹی ہوئی لال مرچ : $\frac{1}{2}$ چائے کا چمچ

پسی ہوئی لال مرچ : $\frac{1}{2}$ چائے کا چمچ

نمک : حسب ذائقہ

کھانے کا سوڈا : $\frac{1}{4}$ چائے کا چمچ

تیل : 4 کھانے کے چمچ (تکے کے لیے)

تیل : فرائی کے لیے

ترکیب

- 1- ایک پیالے میں بیسن، کھانے کا سوڈا، نمک اور کٹی ہوئی لال مرچ ڈال کر مکس کر لیں۔
- 2- اور پانی شامل کر کے گاڑھا آمیزہ بنالیں۔
- 3- اب گرم تیل میں پھلکیوں کی شکل میں ڈال کر فرائی کر لیں۔
- 4- سنہری ہو جانے پر کڑا ہی سے نکال کر پانی میں ڈال دیں تاکہ تیل نکل جائے اور نرم ہو جائیں۔
- 5- دہی میں نمک ڈال کر پھینٹ لیں، پھلکیاں ہلکے ہاتھ سے نیچوڑ کر دہی میں ڈال دیں۔
- 6- فرائی پین میں تیل، زیرہ، کٹی ہوئی لال مرچ اور پسی ہوئی لال مرچ ڈال کر ترکا بنالیں اور پھلکیوں میں ڈال کر پیش کریں۔

پریزنٹیشن

پیالے میں ڈال کر بھٹا ہوا چائے مصالحہ چھڑک دیں اور ایک دو پودھینے کی پتوں سے سجا کر پیش کریں۔

شیف ڈاکٹر ٹپ

مٹر کے دانے اُباتے وقت اگر ایک چمکی میٹھا سوڈا ڈال دیا جائے تو مٹروں کی لذت اور تازگی بڑھ جاتی ہے۔

دہی بڑے



اجزاء

- بیس : $1\frac{1}{2}$ کپ
- کھانے کا سوڈا : $\frac{1}{4}$ چائے کی چم
- نمک : حسب ذائقہ
- کٹی ہوئی لال مرچ : 1 کھانے کا چم
- تیل : فرائی کے لیے
- چینی : 2 کھانے کی چم
- چاٹ مصالحہ : $\frac{1}{2}$ کھانے کا چم
- دہی : 1 پاؤ

ترکیب

- 1- ایک پیالے میں بیسن، کھانے کا سوڈا، نمک اور کٹی ہوئی لال مرچ ڈال کر مکس کر لیں اور پانی ڈال کر گاڑھا آمیزہ بنالیں۔
- 2- اب گرم تیل میں بڑے کی شکل میں ڈال کر فرائی کر لیں۔
- 3- سنہری ہو جانے پر کڑا ہی سے نکال کر پانی میں ڈال دیں تاکہ تیل نکل جائے اور نرم ہو جائیں۔
- 4- دہی پھیٹ لیں، نمک، کٹی ہوئی لال مرچ، چاٹ مصالحہ اور چینی ڈال کر مکس کر لیں۔
- 5- بڑے ہلکے ہاتھ سے نیچڑ کر دہی میں ڈال دیں۔
- 6- چاٹ مصالحہ اور کٹی ہوئی لال مرچ چھڑک کر پیش کریں۔

پریزنٹیشن

دہی بڑے پیش کرتے وقت چند ابلے ہوئے آلو اور چھولے بھی ساتھ سرو کر سکتے ہیں۔

شیف ڈاکٹر ٹپ

پتوں والی سبزیوں کو پانی میں بھگو بھگو کر دو تین مرتبہ دھوئیں تاکہ مٹی یا ریت کے ذرات پانی کی تہی میں رہ جائیں۔ صرف پانی بہا دینے سے مٹی یا ریت کے ذرات صاف نہیں ہوتے ہیں۔

گلاس نوڈلز

چائیز میڈے سے سویاں تیار کر کے اور ان میں مختلف سبزیاں ڈال کر خاص انداز سے پکایا کرتے تھے۔ یہ ڈش خاص موقعوں پر تیار کر مہمانوں کے سامنے پیش کی جاتی ہے۔ اپنی لذت اور خصوصیت کی وجہ سے نوڈلز آج پوری دنیا میں مشہور ہیں۔



اجزاء

- پیاز : 1 عدد
- گاجر : 1 عدد
- شملہ مرچ : 1 عدد
- ٹماٹر : 1 عدد
- ہری پیاز : 1 عدد
- لہسن : 2 جوے
- گلاس نوڈلز : آدھا پیکٹ
- چینی : $\frac{1}{2}$ چائے کا چمچ
- سفید، کالی مرچ : $\frac{1}{4} + \frac{1}{4}$ چائے کا چمچ
- نمک : حسب ذائقہ
- تیل : 3 چمچ
- سویا ساس : 2 کھانے کے چمچ
- اویسٹر ساس : 1 کھانے کا چمچ
- پانی : آدھا جگ

ترکیب

- 1- پیاز میں پانی گرم کر کے اس میں نوڈلز ڈال کر اُبال لیں اور چھلنی سے چھان لیں۔ ساتھ تھوڑا تیل بھی ڈال دیں۔
- 2- پیاز، گاجر، ہری پیاز، شملہ مرچ، لہسن اور ٹماٹر کاٹ لیں۔
- 3- پیاز میں تیل ڈال کر گرم کر لیں۔ لہسن ڈال کر بھون لیں۔ ٹماٹر کے علاوہ تمام سبزیاں اس میں ڈال کر ہلکا فرنی کر لیں۔
- 4- نوڈلز بھی شامل کر لیں۔ اب اس میں چینی، سفید مرچ، کالی مرچ، سویا ساس اور اویسٹر ساس ڈال کر اچھی طرح مکس کر لیں۔
- 5- آخر میں ٹماٹر شامل کر کے تھوڑی دیر پکائیں۔

پریزنٹیشن

پلیٹ میں نکال کر سلاڈ کے پتوں، کھیرے اور ٹماٹر کے ساتھ سجا کر پیش کریں۔

شیف ڈاکٹرپ

جب پانی میں نوڈلز اُبالیں تو تھوڑا سا تیل ملا دینے سے وہ بالکل نہیں چپکیں گے۔



کچوری

کچوری سمو سے کی ایک قسم ہے۔ مغلیہ دور حکومت میں جہانگیر کی تاج پوشی کے موقع پر شاہی خانساں نے خاص طور پر تیاری۔

ترکیب

- 1- پیالے میں میدہ، زیرہ، تیل اور پانی ڈال کر گوندھ لیں۔
- 2- چنے کی دال اُبال کر ہاتھ سے پیس لیں۔
- 3- پیالے میں چنے کی دال، نمک، ہلدی اور کئی ہوئی لال مرچ ڈال کر مکس کر لیں۔
- 4- گوندھ سے ہوئے آٹے کے چھوٹے چھوٹے پیڑے بنالیں اور اُس میں چنے کی دال کا کچر بھر لیں۔
- 5- پھر اس کو تیل کر گرم تیل میں فرائی کر لیں۔

اجزاء

- میدہ : 2 کپ
 زیرہ : 1 کھانے کا چمچ
 تیل : فرائی کے لیے
 چنے کی دال : 1/2 کپ
 نمک : حسب ضرورت
 ہلدی : 1/4 چائے کا چمچ
 کئی ہوئی لال مرچ : 1 چائے کا چمچ
 تیل : 2 کھانے کے چمچ

پریزنٹیشن

پلیٹ میں رکھ کر ہری چٹنی کے ساتھ پیش کریں۔

شیف ڈاکٹر ٹپ

پوریوں اور پرائیوں کو اگر گھی میں تیلنے سے پہلے پاکا پکا تو سے پرسینک لیا جائے تو یہ گھی کم پیتے ہیں۔

چناچاٹ

پنے سے بنی ہوئی چاٹ برصغیر میں سڑیت ہاکر (پھیری والے) بیچا کرتے تھے اور یہ روایت آج بھی موجود ہے۔



ترکیب

- 1- گرم تیل میں آدھے پیاز ڈال کر نرم کر لیں۔
- 2- دھنیا، پودینہ، اور ہری مرچ ڈال کر تھوڑی دیر پکائیں۔
- 3- پھر زیرہ، انار دانہ، نمک، چاٹ مصالحہ، کٹی ہوئی لال مرچ، پسلی ہوئی لال مرچ پسلی ہوئی کھٹائی، چٹا اور املی کا پانی ڈال دیں اور چوبیسے سے اتار لیں۔
- 4- کچی پیاز ڈال کر مکس کریں

اجزاء

- پنے : 2 پیالی (اُبلے ہوئے)
 پیاز : 1½ عدد (درمیانہ)
 تیل : 2 کھانے کے چمچ
 ہری مرچ : 2 عدد (ہارکے کاٹ لیں)
 دھنیا، پودینہ : تھوڑا سا
 زیرہ : ½ چائے کا چمچ
 انار دانہ : ½ چائے کا چمچ
 نمک : حسب ذائقہ
 چاٹ مصالحہ : ½ چائے کا چمچ
 کٹی ہوئی لال مرچ : ½ چائے کا چمچ
 پسلی ہوئی لال مرچ : ½ چائے کا چمچ
 کھٹائی : ½ چائے کا چمچ
 املی کا پانی : ½ کپ

پریزنٹیشن

پیالے میں ڈال کر دھینے، پودینے اور لیموں سے سجا کر پیش کریں۔ املی کی چٹنی کے ساتھ پیش کریں۔

شیف ڈاکٹر ٹپ

اگر ڈبل روٹی سوکھ جائے تو اسے پھینکنے کی بجائے دودھ میں بھگو کر اس کی پڈنگ بنالیں۔



چنافرائڈ کباب

ترکیب

- 1- شملہ مرغ، پیاز، ٹماٹر اور ہری مرغ باریک کاٹ لیں اور پنے اُبال کر پیس لیں۔
- 2- ایک پیالے میں پے ہوئے پنے، شملہ مرغ، پیاز، ہری مرغ اور ٹماٹر ڈال دیں۔ اب اس میں زیرہ، پسا ہوا دھنیا، کٹی ہوئی لال مرغ، نمک، کھٹائی، انڈہ اور بیسن ڈال کر مکس کر لیں۔
- 3- کباب بنا کر گرم تیل میں تل لیں

اجزاء

- سفید چنا : 1½ کپ
 شملہ مرغ : آدھی
 پیاز : 1 عدد
 ٹماٹر : 1 عدد
 دھنیا، پودینہ : تھوڑا سا
 ہری مرغ : 3 عدد
 نمک : حسب ذائقہ
 کٹی ہوئی لال مرغ : ½ چائے کا چمچ
 ثابت زیرہ : ½ چائے کا چمچ
 پسا ہوا دھنیا : ½ چائے کا چمچ
 پسی ہوئی کھٹائی : ½ چائے کا چمچ
 انڈہ : 1 عدد
 بیسن : 3 کھانے کے چمچ
 تیل : فرائی کے لیے

پریزنٹیشن

سلاو کے پتوں کو پلیٹ پر پھیلا دیں اور کباب ترتیب سے رکھ دیں پودینے سے سجا کر چلی ساس یا ہری چٹنی کے ساتھ پیش کریں۔

شیف ڈاکٹر ٹپ

پنے گلانے کے لئے ان میں میٹھا سوڈا مل کر ایک دو گھنٹے بھگوئے رکھیں پھر دھو کر پکا لیں یہ جلدی گل جائیں گے۔

فروٹ چناچاٹ



اجزاء

سفید چنا : 1 پیالی

کیلا : 4 عدد

خوبانی : 7 عدد

سیب : 1 عدد

انگور : 1 پاؤ

آلوچے : 6 عدد

نمک : حسب ذائقہ

چاٹ مصالحہ : حسب ضرورت

اورنج کا جوس : 1 کپ

ناشپاتی : 1 عدد

ترکیب

1- تمام فروٹ کاٹ لیں۔

2- ایک پیالے میں تمام کٹے ہوئے فروٹ، پٹے، نمک اور چاٹ مصالحہ ڈال کر مکس کر لیں۔

3- آخر میں اورنج کا رس ڈال دیں اور پیالے میں نکال کر پیش کریں۔

www.pkdigest.com

پریزنٹیشن

اورنج کے چمکوں کو چٹوں کی شکل میں کاٹ لیں اور درمیان سے چیرا دے کر ایک دو پیالے کے کناروں پر لگا دیں اور فروٹ چناچاٹ پیش کریں۔

شیف ڈاکٹر ٹپ

پیاز کی سلاڈ میں تھوڑی سی املی کا رس ملا کر بھی پیش کیا جاسکتا ہے۔

تلاھواپیاز

مختلف سبزیوں کو مین اگ کر فرائی کیا جاتا ہے۔ جن میں مینن، گوہی، پاک، آلو اور بند گوہی شامل ہیں۔ شیف ذاکر نے اپنے خاص انداز سے تھے ہوئے پیاز (Fried Onion) تیار کئے ہیں۔ ان کی لذت اور ذائقہ لا جواب ہے۔



ترکیب

- 1- پیاز پھوسوں میں کاٹ لیں اور لچھے کھول لیں۔
- 2- ایک پیالے میں مینن، نمک، زیرہ اور کئی ہوئی لال مرچ ڈال کر مکس کر لیں آدھا انڈہ اور پانی ڈال کر پتلا آمیزہ بنالیں دھنیا اور پودینہ بھی ڈال دیں۔
- 3- ایک دوسرے پیالے میں پیاز کو خشک مینن میں لپیٹ لیں اور مینن کے آمیزے میں ڈپ کر کے تیل لیں۔

اجزاء

- پیاز : 2 عدد
مینن : 1 کپ
نمک : حسب ذائقہ
زیرہ : 1/2 چائے کا چمچ
کئی ہوئی لال مرچ : 1/2 چائے کا چمچ
انڈہ : آدھا
پانی : تھوڑا سا
دھنیا : حسب ضرورت
پودینہ : حسب ضرورت

www.pkdigest.com

پریزنٹیشن

سلاد کے پتوں پر نکال کر دھنیے اور پودینے کے چند پتوں سے سجا کر گرین چلی ساس کے ساتھ پیش کریں۔

شیف ذاکر ٹپ

مینن کو گھاڑا سا گھول کر کچھ دیر کے لیے رکھا اور پھر حسب ضرورت پتلا کر لیں۔

ہرے مصالحے والے چنے



اجزاء

- پیاز : 1 عدد
- چنے : 1 کپ (اُبال لیں)
- لیمونس : 2 چائے کے چمچ
- اُلی کا پانی : 1/2 کپ
- ٹماٹر : 1 عدد
- دھنیا، پودینہ : تھوڑا سا
- ہری مرچ : 3 سے 4 چار عدد
- تیل : 2 سے 3 کھانے کے چمچ
- نمک : حسب ذائقہ
- کٹی ہوئی لال مرچ : 1/2 چائے کا چمچ
- کھٹائی : 1/2 چائے کا چمچ
- چاٹ مصالحہ : 1/2 چائے کا چمچ

ترکیب

- 1- پیاز کاٹ لیں۔ دھینا، پودینہ اور ہری مرچ پیس کر ہری چٹنی بنالیں۔
- 2- پین میں تیل گرم کریں اور پیاز، ٹماٹر، ہری چٹنی اور تمام مصالحے ڈال کر بھون لیں۔
- 3- اب اُلی کا پانی شامل کر کے مزید تھوڑی دیر پکا لیں۔
- 4- چنے ڈال کر بھون لیں اور لیموں کا رس ڈال کر گرم پیش کریں۔
- 5- مزہ دو بالا کرنے کے لیے اس میں اُبلے ہوئے آلو بھی شامل کر سکتے ہیں۔

پریزنٹیشن

پیلے میں لیموں کے تھلوں، ٹماٹر، ہرے دھنیے اور ہری مرچ سے سجا کر پیش کریں۔

شیف ڈا کرٹپ

ٹماٹر اگر زیادہ دیر محفوظ رکھنے ہوں تو انہیں لفافے میں ڈال کر برف والے خانے میں رکھ دیں۔ یہ جم کر محفوظ ہو جائیں گے۔

بیکڈ پاستا

آج پاستا پوری دنیا میں انالین فوڈ کے نام سے مشہور ہے۔ کیونکہ رومن پاستا جیسی چیز کھانے میں استعمال کیا کرتے تھے۔ بیکڈ پاستا 1740ء میں وینس میں ایک بیکری میں بنایا گیا جو بہت مشہور ہوا۔



ترکیب

- 1- آدھا بیکٹ پاستا اُبال لیں۔ اس کے بعد ایک چین میں آدھا لیٹر دودھ اُبالیں۔
- 2- پھر دودھ میں چار کھانے کے چمچ بھنا ہوا میدہ شامل کریں۔
- 3- دودھ جب گاڑھا ہو جائے تو اس میں نمک، کالی مرچ اور آدھی چائے کی چمچ کے برابر چینی شامل کر لیں۔
- 4- تمام ہزریوں کو باریک کاٹ کر دودھ کے آمیزے میں شامل کر لیں۔
- 5- اس کے بعد اُبلا ہوا پاستا دودھ میں شامل کر کے کسی آوون ڈش میں نکال لیں۔
- 6- اب اس کے اوپر چیڈر چیز کے چار سلائس ہاتھ سے توڑ کر ڈال دیں اور آوون میں رکھ دیں تقریباً 10 سے 12 منٹ کے لیے آوون کا درجہ حرارت 150° ہو۔
- 7- آپ کا مزے دار بیکڈ پاستا تیار ہے۔

پریزنٹیشن

بیکڈ پاستا کو حصوں میں کاٹ کر کیچ اپ یا چلی ساس کے ساتھ پیش کریں۔

شیف ڈاکٹر ٹپ

میدے کو تیل میں صرف اتنا بھونیں کہ وہ ہلکا گولڈن ہو جائے اور اس کا کچا پن ختم ہو جائے۔

اجزاء

- پاستا : 1/2 بیکٹ
- دودھ : 1/2 لیٹر
- میدہ : 4 چمچ
- چیڈر چیز : 4 سلائس
- نمک : 1/4 چائے کا چمچ
- کالی مرچ : 1/4 چائے کا چمچ
- شملہ مرچ : 2 عدد
- پیاز : 1 عدد
- نماز : 2 عدد
- گاجر : 1 عدد
- ہری پیاز : 2 عدد
- چینی : 1/2 چمچ

کریمی چکن اسٹیکس



اجزاء

چکن بریسٹ : 2 عدد

کامنچ چیز : 1/2 پکٹ

پارسلے ہر ادھیا : 1 گلدی

دوسٹرس ساس : 2 چمچ

نمک : حسب ذائقہ

کالی مرچ پاؤڈر : 1/4 چائے کا چمچ

کالی مرچ (تازہ ہسی ہوئی) : حسب ضرورت

ہنر اور سیاہ زیتون : 5-6 عدد

میدہ : 2 چمچ

کریم : 1 کپ

ترکیب

- 1- کش شدہ کامنچ چیز میں ہری پیاز، ہنر اور سیاہ زیتون شامل کر لیں۔
- 2- چکن بریسٹ کو درمیان سے کٹ لگالیں اس میں نمک، کالی مرچ اور دوسٹرس ساس لگا کر میری نیٹ کر لیں اور اب کامنچ چیز چکن میں بھر لیں اور روٹز بنالیں۔
- 3- ایک ٹین میں تھوڑا سا تیل ڈال کر گرم کر لیں، اس میں چکن ڈال کر ہلکی آنچ پر فرائی کر لیں۔
- 4- دوسرے ٹین میں تیل گرم کر کے اس میں لہسن شامل کر کے براؤن کر لیں۔ کامنچ چیز کا بچا ہوا آمیزہ بھی اس میں شامل کر لیں۔
- 5- اب اس میں میدہ ڈال کر بھون لیں اور کریم، نمک، کالی اور سفید مرچ، دوسٹرس ساس شامل کر کے اچھی طرح ہلکس کر لیں۔
- 6- چکن فرائی ہو جانے پر اسے پلیٹ میں نکال لیں اور تین برابر کے ٹکڑوں میں کاٹ لیں۔

پریزنٹیشن

کریمی چکن اسٹیکس تین حصوں میں کاٹ کر سائڈ پرسلاد کے پتے، گاجر اور کھیرے کے ققوں سے سجا کر پیش کریں۔

شیف ڈاکٹر ٹپ

اگر پیئر کش کرتے ہوئے کش کے سوراخ میں پھنس جائے تو اس میں آلو کش کرنے سے پیئر صاف ہو جائے گی۔

سفید چنے کی چاٹ



اجزاء

- سفید چنا : 1½ پیالی
- آلو : 3 عدد
- دہی : 1 پاؤ
- اٹلی کا پیسٹ : 2 کھانے کے چمچ
- پیاز : 1 عدد
- ٹماٹر : 2 عدد
- ہر ادھنیا : تھوڑا سا
- پودینہ : تھوڑا سا
- ہری مرچ : 4 سے 5 عدد
- نمک : حسب ضرورت
- کٹی ہوئی لال مرچ : ½ چائے کا چمچ
- چاٹ مصالحہ : ½ چائے کا چمچ
- پس ہوئی کھٹائی : ½ چائے چمچ
- پاپڑی : حسب ضرورت
- تیل : 2 سے 3 چمچ

ترکیب

- 1- چنے اور آلو اُبال لیں۔
- 2- ایک پیالے میں چنے، آلو، تمام مصالحے اور اٹلی کا پیسٹ ڈال کر مکس کر لیں۔
- 3- دہی اور پاپڑی ڈال دیں۔
- 4- پٹین میں تیل گرم کر لیں اور پیاز ڈال کر نرم کر لیں۔
- 5- اب اس پیاز میں ٹماٹر، ہر ادھنیا اور پودینہ ڈال کر مکس کر لیں اور چاٹ پر ڈال دیں۔
- 6- مزیدار چنے کی چاٹ تیار ہے۔

پریزنٹیشن

چاٹ کو پیالے میں ڈال کر ہری مرچ، کٹے ہوئے دھینے اور ٹماٹر کے ساتھ سجا کر پیش کریں۔

شیف ڈاکٹر ٹپ

اگر اٹلی کا پیسٹ میسر نہ ہو تو لیموں کا رس استعمال کریں۔



www.pkdigest.com

سُویا دَشَر

امریکن ٹرائفل



اجزاء

- حلیب کسٹرز : 1/2 کپ
- حلیب ملک : 1 کلو
- چینی : 1/2 کپ
- حلیب جیلی (لال) : 1 پیکٹ
- حلیب جیلی (ہری) : 1 پیکٹ
- سادہ کیک : درمیانے سائز کا ایک عدد
- فروت کا کٹیل : 300 گرام
- بادام : 50 گرام
- پستہ : 50 گرام
- جام شیریں : حسب ذائقہ
- اخروٹ : 50 گرام
- کاجو : 50 گرام
- حلیب فریش کریم : 1 کپ
- اسٹرابیری : حسب ضرورت

ترکیب

- 1- پین میں دودھ ڈال کر گرم کر لیں اور چینی ڈال کر تھوڑا پکالیں۔
- 2- کسٹرز پاؤڈر تھوڑے سے دودھ میں مکس کر کے پین میں ڈال دیں اور چمچ ہلاتے رہیں۔
- 3- پین میں پانی ڈال کر گرم کر لیں اور لال جیلی اور ہری جیلی الگ الگ پیالوں میں جمالیں۔
- 4- پھر ایک پیالے میں کیک سجا کر مکس فروٹ، اسٹرابیری، کسٹرز اور اوپر سے ڈرائی فروٹ ڈالیں۔
- 5- آخر میں اس پر جیلی، اسٹرابیری اور فریش کریم ڈال کر پیش کریں۔

پریزنٹیشن

چھوٹے چھوٹے پیالوں میں سرو کریں۔

شیف ڈاکٹر پ

دودھ کے برتن کو گرم پانی سے دھونے سے قبل ٹھنڈے پانی سے کھجال لیں وگرنہ برتن پر گدلا پن آ جائے گا۔

چاکلیٹ سمودی (ڈرنک)

صنعتی انقلاب نے یورپ کی زندگی یکسر تبدیل کر دی۔ عام لوگوں کی زندگی بہتر ہوئی تو کھانے پکانے کی طرف زیادہ توجہ دی جانے لگی۔ چاکلیٹ سے بنی ہوئی طرح طرح کی مصنوعات اور ڈشز متعارف کرائی جانے لگیں۔ انگلینڈ کے ایک شیف نے نئے طرز کا ڈرنک "چاکلیٹ سمودی" تیار کیا جس میں صحت و تندرستی کا خاص خیال رکھا گیا تھا۔



اجزاء

کوئنگ چاکلیٹ : 2 کھانے کے چمچ
دودھ : 200 گرام
ساگودانہ : 2 کھانے کے چمچ
چینی : حسب ذائقہ

ترکیب

- 1- ایک پیٹن میں کوئرٹکپ پانی اور ساگودانہ ڈال کر پکالیں۔
- 2- جب یہ کرٹل کی طرح ہو جائے تو اس میں دودھ ملا کر مزید پکائیں۔
- 3- کوئنگ چاکلیٹ کش کر لیں۔
- 4- دوسرے پیٹن میں 1 کپ دودھ اُبال لیں اور کش کی ہوئی چاکلیٹ ڈال کر ساس بنالیں ساس تیار ہو جانے پر ٹھنڈی کر لیں۔
- 5- پلینڈر میں چاکلیٹ ساس، ساگودانہ، باقی کا دودھ اور حسب ضرورت چینی ڈال کر اتنا پلینڈ کر لیں کہ تمام اجزاء ایک جان ہو جائیں۔
- 6- ڈرنک گلاس میں نکال لیں

www.pkdigest.com

پریزنٹیشن

ڈرنک کو گلاس میں ڈال کر اس کے اوپر چاکلیٹ کا چورا ڈال کر پیش کریں۔

شیف ڈاکریٹپ

دودھ کو اُبال کر گرنے سے بچانے کے لئے ڈبچے کے کناروں پر تھوڑا آگھی یا مکھن لگا دیں۔

کریم کیرامل (سوختہ)

کریم کیرامل فرنیچ ڈش ہے نیو لین کے دور میں مقامی ریسٹورانس پر سویٹ ڈش کے طور پر تیار کی جاتی تھی۔



ترکیب

- 1- آدھا کلو دودھ میں انڈوں کو پھینٹ لیں۔ اس میں چار کھانے کے چمچ چینی شامل کر دیں۔
- 2- اس کے بعد کیرامل کے سانچے میں چار کھانے کے چمچ چینی اور تین کھانے کے چمچ پانی ڈال کر چوٹھے پر پکائیں یہاں تک کہ چینی جتنا شروع ہو جائے۔
- 3- جب چینی جل کر براؤن رنگ کی ہو جائے تو اس کو اچھی طرح سے گھما کر سانچے کے پینڈے میں پھیلا لیں۔
- 4- اس کے بعد اس کو ٹھنڈا ہونے دیں۔
- 5- فرنیچ میں جب یہ آمیزہ ٹھنڈا ہو جائے تو اس میں دودھ کا آمیزہ یعنی کسٹر ڈ شامل کر دیں اور اسے اوون میں 180° پر 15 سے 20 منٹ کے لیے کھڑے کریں۔
- 6- جب اس کے اوپر کارنگ براؤن ہونے لگے تو اسے نکال کر ٹھنڈا کر لیں۔
- 7- پھر اس کو سانچے سے پلٹ کر نکال لیں۔

پریزنٹیشن

فریش کریم ڈال کر پیش کریں۔

شیف ڈاکٹر ٹپ

اس بات کا خیال رکھیں کہ چینی زیادہ نہ جلتے۔ ورنہ کیرامل کا ذائقہ تلخ ہو جائے گا۔

اجزاء

- حلیب ملک : 1/2 کلو
انڈے : 6 عدد
شکر : 4+4 چمچ
پانی : 3 چمچ
حلیب فریش کریم : 2 کھانے کے چمچ

انڈے کا حلوہ

مغلیہ دور کی بہت ہی مشہور سویت دُش ہے۔ کہا جاتا ہے کہ شاہ جہاں کو انڈے کا حلوہ اتنا پسند تھا کہ وہ اسے دوپہر یا شام کے کھانے میں ضرور تناول کیا کرتا تھا۔



ترکیب

- 1- چھ انڈے پیالے میں ڈال کر چھینٹ لیں اور چینی ڈال کر مکس کر لیں۔
- 2- پین میں گھی یا تیل ڈال کر گرم کر لیں اور انڈے کا مکسچر ڈال دیں۔
- 3- بادام پستے پیس کر رکھ لیں اور مکسچر کو ہلاتے رہیں۔
- 4- بادام پستے اور کھویلا کر ہلائیں اور بھون لیں۔
- 5- پیالے میں نکال کر دو چمچ کیوڑا ڈالیں اور پیش کریں۔

اجزاء

انڈے : 6 عدد
 کھویلا : 250 گرام
 چینی : حسب ذائقہ
 بادام : 50 گرام
 پستے : 50 گرام
 کیوڑا : تھوڑا سا
 گھی : 1/2 کپ

www.pkdigest.com

پریزنٹیشن

پلیٹ میں ڈال کر کٹے ہوئے بادام، پستے اور کشمش سے سجا کر پیش کریں۔

شیف ڈاکٹر ٹپ

اگر اخروٹ کو ایک دو روز فریزر میں رکھ کر توڑیں تو اس کی گرمی بالکل ثابت نکل آتی ہے۔

پینا کولا ڈا



ترکیب

- 1- اناس، دودھ اور شکر بلینڈر میں ڈال کر اچھی طرح بلینڈ کر لیں۔
- 2- اس میں کریم شامل کر کے دوبارہ بلینڈ کر لیں۔
- 3- گلاس میں نکال کر برف ڈال کر پیش کریں۔

اجزاء

- اناس : 2 کپ
حلیب ملک : 1 کپ
کوکونٹ ملک : 1 کپ
شکر : 4 چمچ
برف : حسب ضرورت

www.pkdigest.com

پریزنٹیشن

اناس کے سائکس اور کوکونٹ پاؤڈر سے سجا کر پیش کریں۔

شیف ڈاکٹر ٹپ

پھٹے ہوئے دودھ کو جلا کر کھویا بنایا جاسکتا ہے۔

اسٹرابیری سوربے

اسٹرابیری سوربے کا تعلق انالین فوڈ سے ہے۔ رومن دور میں لوگ اسٹرابیری، دودھ، کریم، شوگر اور برف سے سوربے تیار کرتے تھے۔ کہا جاتا ہے جو لیس بیز کو یہ بہت پسند تھی۔



ترکیب

- 1- اسٹرابیری، دودھ اور کریم بلینڈر میں ڈال کر اتنا بلینڈ کریں کہ تمام اجزاء یک جان ہو جائیں۔
- 2- اب اس میں آئسنگ شوگر، جام شیریں اور چاکلیٹ سیرپ ڈال کر دوبارہ بلینڈ کریں۔

اجزاء

- اسٹرابیری : 6-8 عدد
 حلیب ملک : 1 کپ
 حلیب فریش کریم : 1/4 کپ
 آئسنگ شوگر : 1 1/2 چمچ
 چاکلیٹ سیرپ : 2 چمچ
 برف : حسب ضرورت

www.pkdigest.com

پریزنٹیشن

ایک پیالے میں نکال کر فریش کریم اور کئی ہوئی اسٹرابیری کی ٹاپنگ کے ساتھ پیش کریں۔

شیف ڈاکٹر ٹپ

چاکلیٹ سیرپ کی جگہ چاکلیٹ پاؤڈر بھی استعمال کر سکتے ہیں۔

گرین ٹی جوس

چائے چین میں صدیوں پہلے استعمال ہوتی تھی۔ اس سے متعلق بہت سی دلو مالائی کہانیاں بھی ہیں۔ چائے کی مصنوعات کا سارا کریڈٹ چین کے لوگوں کو جاتا ہے۔ چین کے لوگ چائے کے ہزار پتوں کو پال کر اور مختلف پھل ملا کر جوس تیار کرتے اور محفل میں پیش کرتے۔



اجزاء

گرین ٹی : 1/2 کپ
چیکو : 2 عدد
چینی : 2 چمچ
حلیب کریم : 1/2 کپ

ترکیب

- 1- بلینڈر میں تیار گرین ٹی، شکر، چیکو ڈال کر اتنا بلینڈ کریں کہ تمام اجزاء ایک جان ہو جائیں۔
- 2- آخر میں تازہ کریم شامل کر کے شیک کر لیں

www.pkdigest.com

پریزنٹیشن

گلاس میں ڈال کر چیکو کو درمیان سے کاٹ کر گلاس کے کنارے میں لگا دیں اور پیش کریں۔

شیف ڈاکریپ

دودھ سے کریم نکالنی ہو تو دودھ ابالیں پھر فوراً برف کے پانی میں برتن رکھ کر دودھ ٹھنڈا کریں۔ پوری طرح ٹھنڈا ہونے کے بعد ساری کریم اوپر آ جائے گی۔



آڑو کولاڈا

یہ ایک یورپین ڈش ہے۔ 1806ء میں یہ مشہور ہوئی جب اسے ایک متوازن غذا کے ادارے نے صحت بخش تسلیم کیا۔



ترکیب

- 1- آڑو کو چھیل کر ایک کپ کوکونٹ ملک کے ساتھ جو سر میں پیس لیں۔
- 2- اس کے بعد اس میں چینی اور کریم شامل کریں اور دوبارہ پینڈ کریں۔

اجزاء

- آڑو : 3 عدد
 کوکونٹ ملک : ایک گلاس
 فریش کریم : آدھا کپ
 چینی : 2 سے 3 کھانے کے چمچ
 برف : حسب ذائقہ

www.pkdigest.com

پریزنٹیشن

آڑو کولاڈا کو گلاس میں ڈال لیں اور اس پر فریش کریم اور چمچ کے سائکس سے سجا کر پیش کریں۔

شیف ڈا کرپ

اگر دودھ میں ہلکی کھنی بو آنے لگے تو اسے پھنسنے سے بچانے کے لئے ہر آدھ میر دودھ میں آدھا چائے کا چمچ میٹھا سوڈا ڈال کر ایک دو اُبال دیں۔ دودھ میٹھا ہو جائے گا اور جلدی خراب نہیں ہوگا۔



آم سالسہ

ترکیب

- 1- آم، پیاز اور انناس کے چھوٹے ٹکڑے کاٹ لیں۔
- 2- ایک پیالے میں آم، انناس، پیاز، نمک، کالی مرچ، سفید مرچ، زیتون کا تیل، ہری پیاز، لیموں کا رس ڈال کر اچھی طرح مکس کر لیں۔
- 3- مزیدار آم سالسہ تیار ہے۔

اجزاء

- آم : 1 عدد
 انناس : 1 کپ
 پیاز : 1 عدد
 لیموں : آدھا
 زیتون کا تیل : 3 چمچ
 ہری پیاز : چند پتے
 کالی مرچ : 1/4 چائے کے چمچ
 سفید مرچ : 1/4 چائے کے چمچ
 نمک : حسب ذائقہ

پریزنٹیشن

آدھا کٹا ہوا لیموں پیالے کے کنارے میں لگا کر ادراک ثابت ہری مرچ سے سجا کر پیش کریں۔

شیف ڈاکریٹپ

تازہ پھلوں کا سلاڈ بنانا ہو تو پھلوں کو کاٹ کر پانی والے پیالے میں ڈالتے جائیں اس سے پھلوں کی رنگت تبدیل نہیں ہوگی۔

لیچی کولاڈا

امالین ڈش جو پوری دنیا میں مشہور ہے۔ ساتویں صدی عیسوی میں اٹلی کے لوگ پلچی سے مشروب تیار کیا کرتے تھے۔ خاص طور پر خاص دنوں اور بڑے فیکشنز پر یہ مشروب پیش کیا جاتا تھا۔



ترکیب

- 1- جو سر مشین میں پلچی کوکونٹ ملک چینی شامل کر کے پلینڈ کر لیں۔
- 2- تین سے پانچ منٹ تک پلینڈ کرنے کے بعد جب پلچی کا پیسٹ بن جائے اس میں آدھا کپ فریش کریم اور آٹھ کپ کیوب شامل کریں اور پھر پلینڈ کریں۔
- 3- آپ کی ڈرنک پلچی کو لیدز تیار ہے۔

اجزاء

پلچی : 100 گرام
 کوکونٹ ملک : 1 کپ
 کریم : 1/2 کپ
 شکر : 2 چمچ
 برف : حسب ضرورت

www.pkdigest.com

پریزنٹیشن

گلاس میں ڈال کر فریش کریم اور پلچی کے گودے سے سجا کر پیش کریں۔

شیف ڈاکٹر پ

کئی ہوئی برف استعمال کریں گے تو وقت بچ جائے گا۔



چاکلیٹ پڈنگ

یہ ڈش مرڈتھ ہیلیٹا میری، امریکی خاتون نے پہلی مرتبہ 1903ء میں بنائی۔ دو ایک گھریلو خاتون تھیں۔ لیکن ان کی یہ ڈش اتنی مشہور ہوئی کہ فیٹی فارمر نے 1918ء میں اسے اپنی کتاب ہوسٹن کنگ سکول کک بک میں شامل کیا۔



ترکیب

- 1- انڈوں کو پیمینٹ کر اس میں دودھ شامل کریں اور پیٹھے کے حساب سے چینی شامل کریں۔
- 2- کنگ چاکلیٹ کو بھاپ سے نرم کر کے اسی آمیزہ میں شامل کر لیں اور اچھی طرح یک جان ہو جانے پر اس آمیزے کو سلور کے سانچے میں ڈال کر اُودن میں 10 سے 15 منٹ کے لیے رکھ دیں۔
- 3- اُودن کا درجہ 180° ہونا چاہیے۔
- 4- اس کے بعد اسے نکال کر تھوڑی دیر ٹھنڈا کر کے فریج میں رکھ دیں۔
- 5- آپ کی چاکلیٹ پڈنگ مہمانوں کی مہمان نوازی کے لیے تیار ہے۔

اجزاء

کنگ چاکلیٹ : 150 گرام
چینی : حسب ضرورت
دودھ : آدھا لیٹر
انڈے : 6 عدد
تازہ کریم : 1/2 کپ

www.pkdigest.com

پریزنٹیشن

پڈنگ کو پیالے میں ڈال کر اوپر چاکلیٹ کریمز اور کوکونٹ کا چورا چھڑک کر فریش کریم کے ساتھ پیش کریں۔

شیف ڈاکٹر پ

بہتر ذائقہ دینے کے لئے آپ 2 چمچ کوکونٹ پاؤڈر دودھ میں کس کر لیں۔

لوکی کا حلوہ

لوکی جسے پنجاب میں گھٹیا بھی کہتے ہیں۔ اس کا اصل وطن ہندوستان ہے۔ آریاؤں کی پنجاب میں حکومت کے بعد لوگ زیادہ تر سبزیوں پر گزارہ کرنا شروع ہو گئے۔ لوکی پنجاب کے لوگوں کی عام خوراک تھی۔ اس سبزی کی ٹہجیا یا بھجیا کے علاوہ اس کے حلوے، رائیہ اور مٹھائیاں بھی لوگ شوق سے کھاتے ہیں۔



ترکیب

- 1- بین میں کش کی ہوئی لوکی اور پانی ڈال کر اُبال لیں۔
- 2- بین میں گھی ڈال کر گرم کر لیں، گرم گھی میں اُلی ہوئی لوکی اور چینی ڈال کر بھون لیں۔
- 3- پھر کھویا ڈال کر تھوڑی دیر پکا لیں۔
- 4- آخر میں بادام اور پستے ڈال کر بھون لیں اور گرم گرم پیش کریں۔

اجزاء

لوکی : 300 گرام (کش کر لیں)
 کھویا : 250 گرام
 چینی : حسب ذائقہ
 بادام : 50 گرام
 پستے : 50 گرام
 گھی : ½ کپ
 پانی : حسب ضرورت

www.pkdigest.com

پریزنٹیشن

حلوے کو پلیٹ میں ڈال کر اور اس پر ناریل کا چورا، کٹے ہوئے بادام، کشمش اور اخروٹ سے سجا کر پیش کریں۔

شیف ڈاکٹر پ

اگر لوکی کاٹ رہے ہوں تو انہیں فوراً پانی میں بھگو تے جائیں ورنہ یہ سیاہ ہو جائے گی۔

ملک ٹریڈر

مغربی طرز کی مقامی ڈرنک ہے جسے شیف ڈاکٹر نے اپنے منفرد انداز کے ساتھ بنایا ہے۔



اجزاء

دودھ : 200 گرام
چینی : حسب ذائقہ
بادام : حسب ضرورت
پستہ : حسب ضرورت
ساگودانہ : 2 کھانے کے چمچ

ترکیب

- 1- ایک پاؤدودھ میں دو کھانے کے چمچ ساگودانہ ڈال کر پکائیں۔ جب تک کہ ساگودانہ گل جائے۔
- 2- پھر اس کو ٹھنڈا کر لیں۔
- 3- ٹھنڈا ہونے کے بعد اس کو جو سر مشین میں تھوڑے سے بادام اور پیسٹے کے حساب سے چینی شامل کر کے پلینڈ کر لیں۔
- 4- مزیدار ملک ٹریڈر تیار ہے۔

www.pkdigest.com

پریزنٹیشن

گلاس میں ڈال کر کٹے ہوئے بادام اور پستے سے سجا کر پیش کریں۔

شیف ڈاکٹر ٹپ

براؤن شوگر اور خشک میوے دونوں کو ایک ہی ڈبے میں رکھنے سے چینی نرم رہتی ہے اور خشک میوہ جات میں بھی چینی کی خوشبو رچ بس جاتی ہے۔

بناناٹی ماریا

کیلا برصغیر کا پھل ہے پہلا یورپی جس نے کیلا کھایا تھا وہ سکندر اعظم ہے۔ 326 قبل مسیح میں کیلا یورپ پہنچا تو اس کو مختلف انداز سے خوراک میں استعمال کیا جانے لگا۔ 1880ء میں جارج نامی ایک شخص نے انگلینڈ میں بنانا اور چائے سے مشروب تیار کیا جو بہت ہی مقبول ہوا۔ اسے بعد میں بناناٹی ماریا کا نام دیا گیا۔



ترکیب

- 1- جو سر جگ میں ایک کپ چائے کا قبوہ اور 2 کیلے ڈالیں۔
- 2- اس میں 2 چمچ چینی شامل کریں اور اس کو شیک کر لیں۔
- 3- جب وہ شیک ہو جائے تو ایک کپ فریش کریم اور ایک کپ آئس کیوب شامل کریں۔
- 4- آپ کا مزیدار بناناٹی ماریا تیار ہے۔

اجزاء

- چائے کا قبوہ : 1 کپ
حلیب فریش کریم : 1 کپ
کیلے : 2 عدد
چینی : 2 چمچ
برف : حسب ضرورت

www.pkdigest.com

پریزنٹیشن

گلاس میں نکال کر فریش کریم کے ساتھ پیش کریں۔

شیف ڈاکٹر ٹپ

کریم یا ملائی میں اگر تھوڑی سی چینی ڈال دی جائے تو یہ جلد کھئی نہیں ہوتی ہے۔

Haleeb
it's creamy
Custard



چائنا گراس چاکلیٹ

نوآبادیاتی دور میں افریقہ میں چین، فرانس، پرتگال اور انگلینڈ کی کالونیاں تھیں ان لوگوں نے وہاں کے ذخائر کو اپنے ملک منتقل کیا۔ ایک انگریز سیاح جنگل میں ایک افریقی قبیلے کے پاس پہنچا۔ افریقیوں نے اسے مہمان بنایا اور چاکلیٹ سے بنی ہوئی سویٹ ڈش پیش کی۔ اس نے معلوم کیا تو پتہ چلا کہ یہ ایک درخت کا پھل ہے۔ اپنے ملک لا کر کاروبار شروع کیا بہت فائدہ ہوا۔ یہ ڈش "چائنا گراس چاکلیٹ" اسی کی فیکٹری کی تیار کردہ ہے۔

ترکیب

- 1- کلنگ چاکلیٹ کو بھاپ کی مدد سے نرم کر لیں۔
- 2- اس کے بعد ایک برتن میں علیحدہ سے دودھ ڈالیں۔
- 3- اس میں چینی شامل کریں۔
- 4- حسب ضرورت اس میں چائنا گراس شامل کریں۔ دودھ میں جب چائنا گراس مکمل طور پر حل ہو جائے تو اس آمیزے کو نرم چاکلیٹ میں شامل کر دیں۔
- 5- اس کو اچھی طرح سے ملا لیں جب یہ یک جان ہو جائیں تو اس کو چھوٹی پیالی میں رکھ کر فریج میں رکھ دیں۔

اجزاء

- کلنگ چاکلیٹ : 150 گرام
دودھ : 500 گرام
چینی : حسب ضرورت
چائنا گراس (Agar) : 10 سے 15 گرام

www.pkdigest.com

پریزنٹیشن

پیالوں یا پلیٹ میں چاکلیٹ Chips سے سجا کر یا سادہ پیش کریں۔

شیف ڈاکٹر ٹپ

اس ڈش میں آپ کشمش بھی استعمال کر سکتے ہیں۔

کھویا سویاں

سویاں پاکستان کی روایتی ڈش ہے۔ عید الفطر کے موقع پر سویاں لازمی جز سمجھی جاتی ہیں۔ عید کے روز مہمانوں کو بیٹھے میں سویاں ضرور کھلائی جاتی ہیں۔ جنہیں بہت پسند کیا جاتا ہے۔



ترکیب

- 1- ایک پکٹ سویاں گرم پانی میں ایک منٹ کے لیے ابالیں اور پانی سے نکال لیں۔
- 2- اس کے بعد ایک برتن میں آدھا کپ گھی کڑکڑا کر اس میں یہ سویاں شامل کر دیں۔
- 3- ایک سے دو منٹ تک بھوننے کے بعد اس میں کھویا اور کریم شامل کر دیں۔ اور دو بارہ ایک سے دو منٹ تک بھونیں۔
- 4- بھوننے کے بعد جب کھویا اور کریم ایک جان ہو جائیں تو
- 5- پھر اس میں چینی اور الائچی پاؤڈر شامل کر دیں۔
- 6- چند منٹ اس کو پکانے کے بعد اس میں باریک کٹے ہوئے پستہ، بادام اور کیوڑا شامل کر دیں۔ آپ کی مزید ارکھویا سویاں تیار ہیں۔ اس میں دودھ کا استعمال نہیں ہوتا

اجزاء

- سویاں : 1 پکٹ
کھویا : 1 1/2 پاؤ
تازہ کریم : 1 کپ
چینی : حسب ذائقہ
بادام : 100 گرام
پستہ : 100 گرام
الائچی پاؤڈر : 1/2 چائے کا چمچ
کیوڑو : حسب ضرورت
گھی : 1/2 کپ

پریزنٹیشن

پلیٹ میں نکال کر کٹے ہوئے بادام، اخروٹ اور فریش کریم سے سجا کر پیش کریں۔

شیف ڈاکریٹ

خوشبو اور ذائقہ بہتر بنانے کے لیے تھوڑا سا زعفران بھی استعمال کر سکتے ہیں۔



www.pkdigest.com

مزید معلومات





FRUIT	پھل		
		French Bean	فرش بین
Mango	آم	Ash Gourd	پیشا
Jack Fruit	کھنکھل	Lady Finger	بھنڈی
Banana	کیلا	Cluster Bean	گوار کی پھلی
Apricot	خوبانی	Dasheen	ارونی
Date	کھجور	Cucumber	کھیرا
Grape	انگور	Drum Stick	سہا جڑ کی پھلی
Guava	امروہ	Potato	آلو
Indian Prune	آلو بخارہ (آلو چہ)	Beet Root	چندر
Fig	انجیر	Radish	مونی
Water Melon	تربوڑ	Turnip	شلفم
Papaya	پپیتا	Sweet Potato	شکر قندی
Peach	آڑو	Onion	پیاز
Pear	ناشپاتی	Spinach	پالک
Pineapple	اناناس	Carrot	گاجر
Plum (Red)	آلو بخارہ	Lettuce Leaves	سلاڈ کا پتہ
Orange	سنگتر دیا نارنگی	Fenugreek	میتھی کا ساگ (پتے)
Sweet Lime	مونی	Colocasia	ارونی کا ساگ (پتے)
Apple	سیب	Raw Mango / Mango Green	کیری / کپا آم

اجزاء کی تیاری

کوئی بھی ڈش مرحلہ وارتیاری جاتی ہے ان terms کو مختلف نام دیئے گئے ہیں مثلاً گوشت کی ڈھلائی سے لے کر سبزی چھیلنا، تراشنا، کاٹنا، پھینا اور بیلنا وغیرہ۔ اس کتاب کے آخر میں کھانا پکانے کے لیے رائج مختلف terms کو وضاحت کے ساتھ بیان کیا گیا ہے تاکہ ڈش میں موجود اس طریقے سے متعلق کوئی الجھن باقی نہ رہے۔

1- ڈھلائی

گوشت، مچھلی، پھل یا سبزیوں کو چھیلنے کاٹنے یا تیار کرنے سے پہلے اچھی طرح دھونا بہت ضروری ہے۔ اگر انہیں کاٹنے کے بعد بھگو یا جائے یا کاٹنے کے بعد دھوا جائے تو بہت سے وٹامن اور معدنیات ضائع ہو جاتے ہیں۔ اشیائے خوردنی کی کئی ہوئی سطح کو جتنا زیادہ کھلا چھوڑیں گے ان میں غذائیت کی اتنی ہی کمی واقع ہوگی۔

2- چھیلنا

فالتو اور مٹی والے حصوں کو علیحدہ کر لیا جاتا ہے۔ چھلکوں والی سبزیوں کو چھیل لیا جاتا ہے یا کھریق لیا جاتا ہے۔

3- تراشنا

چھری کے کنارے پر باؤ ڈال کر سطح کی تہہ کو گولائی کی صورت علیحدہ کرنے کو تراشنا کہتے ہیں۔

4- کاٹنا

چھری کی مدد سے چھوٹے چھوٹے ٹکڑوں میں کاٹنے کے عمل کو "چا پنگ" کہتے ہیں۔ یہ کام مشینی چا پر کی مدد سے بھی کیا جاسکتا ہے۔ اسی طرح چوکور ٹکڑوں میں کاٹنا بھی اسی زمرے میں آتا ہے۔

5- قیہ بنانا

بہت باریک ٹکڑوں میں کاٹنا۔

6- باریک ٹکڑے کرنا

باریک اور لمبے ٹکڑوں میں کاٹنا۔

7- شگاف کرنا

لمبائی رخ کر کے درمیان سے کاٹنا۔



8- کش کرنا

کسی کھردری سطح پر یا کش پر رگڑ کر چھوٹے ریزے کرنا۔ مثلاً لیموں کے چھلکے یا پنیر وغیرہ۔

9- بھرت بنانا

نرم غذاؤں کو دبا کر یا کانے کی مدد سے ان کا بھرت بنایا جاتا ہے۔ مثلاً آلودہ غیرہ۔

10- پیسنا

پیس کر باریک کرنا۔ مثلاً مصالحہ جات یا کافی کے بیجوں کو پچلی میں پیسنا وغیرہ۔

11- چھاننا

کٹافٹوں کو علیحدہ کرنے کے لیے کسی باریک چھلنی سے گزارنا۔ اس کی مدد سے اجزاء کو متناسب طریقے سے اکٹھا کیا جاسکتا ہے۔ جیسے کیک بنانے کے لیے آٹا چھاننا۔

12- انتظار کرنا

کسی چیز سے ناخالص اجزاء یا کٹافٹوں کو صاف کرنا انتظار کرنا کہلاتا ہے مثلاً چینی (گنے کی) کو صاف کرنا۔

13- بالائی اتارنا

تیرتی ہوئی تہہ کو کسی چمچ کی مدد سے علیحدہ کرنا یا اتارنا۔ مثلاً دودھ سے کریم علیحدہ کرنا وغیرہ۔

14- علیحدہ کرنا (چکناہٹ وغیرہ)

گرم کر کے رابطہ ساز بافتوں سے چکناہٹ وغیرہ علیحدہ کرنا۔ مثلاً (گوشت کی چکناہٹ علیحدہ کرنا)

15- قطر کرنا

ٹھوس سے مائع کو علیحدہ کرنا۔ مثلاً جیسے پھلوں کے جوس کو جیلی بنانے کے لیے کسی چھاننی یا کپڑے کے تھیلے کی مدد سے صاف (فلٹر) کیا جاتا ہے۔

16- عمل تخیر

عمل تخیر کی مدد سے پانی کو علیحدہ کرنا۔

امریکن ٹرائفل

ترکیب

- 1- پین میں دودھ ڈال کر گرم کر لیں اور شکر ڈال کر تھوڑا پکالیں۔
- 2- کسٹرو پاؤڈر تھوڑے سے دودھ میں کس کر کے پین میں ڈال دیں اور چمچہ جلاتے رہیں۔
- 3- پین میں پانی ڈال کر گرم کر لیں اور لال جیلی اور بری جیلی الگ الگ باؤلز میں جمع کر لیں۔
- 4- پھر ایک پیالے میں کیک بچائیں اور اس پر کس فروٹ ڈال دیں اس کے بعد اس پر کسٹرو ڈالیں اور اوپر سے ڈرائی فروٹ ڈالیں اور آخر میں جیلی اور جام شیریں سے نکالا کر پیش کریں۔
- 5- سب سے اوپر یعنی سب سے آخر میں فریش کریم ڈال دیں۔

اجزاء

- کسٹرو : 1 کپ
- دودھ : 1/2 کلو
- شکر : 1/2 کپ
- لال جیلی : 1 پیکٹ
- بری جیلی : 1 پیکٹ
- کیک : درمیانے سائز کا ایک عدد
- فروٹ کا کٹل : 300 گرام
- بادام : 50 گرام
- پہتہ : 50 گرام
- جام شیریں : حسب ذوق
- اخروٹ : 50 گرام
- کاجو : 50 گرام
- فریش کریم : 1 کپ



شیف ڈا کرپ
دودھ کے برتن کو گرم پانی سے دھوئے سے قبل صفائے پانی سے مکمل لیں اور گرم برتن
پر کدلا پین آ جائے گا۔

Life Lite Refreshing

جام شیریں

